



MENU SEMANAL

Hemisferio SUR

Hemisferio NORTE

LUNES

GUISO DE LENTEJAS SIN DESPERDICIO

GUISO DE LENTEJAS SIN DESPERDICIO

MARTES

OSOBUCO CON HUMMUS

OSOBUCO CON HUMMUS

MIÉRCOLES

TARTA DE ACELGA Y HONGOS

TARTA DE COLIFLOR Y QUESO

JUEVES

ENSALADA DE HINOJOS Y NARANJAS

ENSALADA DE HINOJOS Y NARANJAS

+
MEDALLÓN DE LENTEJAS CON VEGETALES COCIDOS Y CRUDOS

+
MEDALLÓN DE LENTEJAS CON VEGETALES COCIDOS Y CRUDOS

VIERNES

PESCADO O TOFU CON SALSA DE MANDARINA

PESCADO O TOFU CON SALSA DE MANDARINA

RECETA

CASCARITAS DE NARANJAS / BUDÍN DE LIMÓN

EXTRA

× PRODUCTOS DE ESTACIÓN

ALCACHOFA
PERA

ZANAHORIA
FRAMBUESA

Planear tus comidas te ahorran tiempo, dinero y ganas salud.