

MENÚ SEMANAL

Segunda semana de
Octubre

WWW.GEMMADELOLMO.COM

MIÉRCOLES

COMIDA
Sandwich de
tortilla, aguacate
y tomate

CENA
Pescado con
brócoli y arroz

LUNES

COMIDA
Pollo con tomate y
patatas +
ensalada

CENA
Pescado con
brócoli y arroz

MARTES

COMIDA
Berenjenas
rellenas de Heura

CENA
Crema de
guisantes +
ensalada de
tomate

JUEVES

COMIDA
Pollo con tomate y
patatas +
ensalada

CENA
Crema de
guisantes +
ensalada de
tomate

VIERNES

COMIDA
Berenjenas
rellenas de Heura

CENA
Sandwich de
tortilla, aguacate
y tomate