

Comidas de ABRIL

GUT
NUTRICIÓN

Lunes

Coliflor al horno con tahini
Salmonetes en salsa de naranja

Martes

Guisantes salteados con sepia y
quinoa con cilantro

Miércoles

Cebolla al horno rellena de atún
Brochetas de pavo con berenjena y
tomate

Jueves

Cherrys al horno con orégano y boletus
Taquitos de salmón con salsa de soja y
semillas de sésamo

Viernes

Espaguetis de calabacín con cherrys,
gambas y queso feta
Falafel con curry

Sábado

Arroz de coliflor con verduras y
huevo poché

Domingo

Ensalada de tomate
Arepas con carne mechada y
aguacate