



PequeRecetas

Menú semanal
familiar

	Desayuno	Comida 🍊	Merienda	Cena 🌙
Lunes	Zumo de frutas. Leche y Galletas María*	Vichysoisse* Pastel de merluza* Fruta	Bollos caseros DooWap*. Zumo de frutas frescas	Patatas rellenas* y ensalada Yogur
Martes	Zumo de frutas. Leche con cacao. Muffins de coco*.	Risotto con calabaza* Pollo al limón*. Yogur	Gelatina de frutas*	Pizzotortillas "caprichi"* y ensalada de pasta* Fruta
Miércoles	Leche y lenguas de gato*	Puré de calabacín* Flamenquines* Fruta	Bizcocho de zanahoria*	Bocaditos de rape y berenjena* y ensalada Yogur
Jueves	Leche y cereales de desayuno; Fruta	Espaguetti con salsa de tomate casera* Huevos rellenos de trucha* Fruta	Batido de plátano y chocolate*	Crepes de pollo y espinacas* Profiteroles con yogur y natillas*
Viernes	Galletas de chocolate*. Leche	Salmorejo* Carne con tomate* Ensalada de fruta*	Palitos de frutas*	Hamburguesa de garbanzos* Yogur
Sábado	Pan con mermelada casera* Leche y Zumo de frutas	Soufflé de coliflor* Rape rebozado crujiente* Arroz con leche*	Helado casero de yogur* y Barquillos*	Ensalada César con pollo* Manzana asada en microondas*
Domingo	Galletas de M&M's* Leche	Fideuá* Crema catalana*	Piruletas de plátano y chocolate*	Hummus* y pan de pita Fruta