

LA VIER NE 19 RETIRO



ENTRANTES

Hummus tricolor con dips de
verduritas (bastones e zanahoria,
apio y pepino)

Crema de calabacín
Empanada vegetal

PRINCIPAL

POSTRES

Flan de Coco

Infusión sin teína (bolsitas de infusión)
Agua

BEBIDAS



DESAYUNOS RETIRO

BEBIDAS

logourt, yogui té, leche de almendras, bebida de avena, leche semidesnatada y sin lactosa. Zumo preparado de granada y uva

Pan integral y de espelta

ÑAM ÑAM

Aguacate, Jamón Serrano, tortilla francesa, granola, frutos secos, yogourt, panela y miel

FRUTA

Manzana, plátano, frutos rojos

COMIDA



SÁB
ADO

20 RETIRO

ENTRANTES

Ensalada buffet (brotes de espinaca, queso feta, cebolla caramelizada))
Paté aceitunas negras (olivada negra)

Morcilla de berengena
Pasta con verduras y salsa de legumbres

PRINCIPAL

POSTRES

Fruta o infusión
(Por la tarde tomaremos bizcocho de calabaza con frutos secos)

Infusión sin teína (bolsitas de infusión)
Agua

BEBIDAS

CENA SÁBADO 20 RETIRO



ENTRANTES

Sopa menestra de verduras con
huevo poché (en cuencos)

Brócoli y zanahoria asados al gratén
(bechamel + queso)

PRINCIPAL

POSTRES

Fruta o infusión

Infusión sin teína (bolsitas de infusión)
Agua

BEBIDAS

COMIDA



DOM
INGO

21

RETIRO

ENTRANTES

Súper ensalada mediterránea en
buffet)

Súper paella de Verduritas

PRINCIPAL

POSTRES

Bizcocho de manzana bañado de
chocolate)

Infusión sin teína (bolsitas de infusión)

Agua

BEBIDAS