



DESAYUNO

Porridge de avena con frambuesas y leche de avena

COMIDA

Primer Plato: Ensalada de tomate

Segundo Plato: Guiso de garbanzos y pollo

Postre: Manzana

MERIENDA

Kéfir con rodajas de plátano y semillas de calabaza

CENA

Primer Plato: Crema de calabacín

Segundo Plato: Mejillones al vapor

Postre: Mandarina