

Menū semanal

Escoge 5 alimentos y **crea tu menū** para cada día.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES

LISTA:

1. Arroz
2. Alubias
3. Pera
4. Ensaladilla
5. Plátano
6. Pizza de verdura
7. Ensalada de pasta
8. Merluza a la plancha
9. Garbanzos
10. Caballa al horno
11. Patata cocida
12. Salmorejo
13. Gyoza de lirio
14. Melocotón
15. Atún a la placha
16. Marrajo al horno
17. Espárragos
18. Jurel al escabeche
19. Guisantes
20. Mandarina
21. Yogurt de frutas
22. Ensalada de tomate