

menú

ANTI RESFRIADOS



desayuno

Café con leche desnatada
Tostada de pan con mermelada light
Zumo de naranja natural

almuerzo

Pieza de fruta
Té con limón y miel

comida

Sopa Jardinera
Garbanzos en vigilia (verdura, ajo, pimentón)
Una taza de arroz blanco
Kiwi

merienda

Yogur desnatado con tres nueces
Té verde

cena

Crema de calabacín
100 gr de jamón cocido
Vasó de leche desnatada o yogur desnatado

