

# menú de verano

## desayuno

UN VASO DE LECHE DESNATADA

TOSTADAS DE PAN INTEGRAL CON ACEITE DE OLIVA, TOMATE NATURAL Y JAMÓN

ZUMO DE FRUTAS NATURAL

## almuerzo

PIEZA DE FRUTA

BISCOTES CON HUMUS

## comida

GAZPACHO CASERO

ENSALADA DE PASTA MULTICOLOR

(PASTA, TOMATE CHERRYS, ATÚN, MAÍZ, ZANAHORIA, CEBOLLA, ACEITUNAS VERDES)

SANDÍA

## merienda

MACEDONIA DE FRUTAS FRESCAS DE TEMPORADA

## cena

ESPÁRRAGOS CON CEBOLLA Y PIMIENTOS EN VINAGRETA

TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON UN POCO DE TOMATE NATURAL Y MELÓN DE POSTRE

YOGUR DESNATADO



Clínica  
Nutriestética  
Nutrición · Medicina · Estética