

**PLAN SEMANAL DE COMIDA No.8**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>DESAYUNO</b> Yogurt con Frutas y Granola Saludable o Granola de Nueces	<b>DESAYUNO</b> Tostada de Pan con Huevo y Aguacate o Queso Cottage	<b>DESAYUNO</b> Omelette de huevo y Aguacate	<b>DESAYUNO</b> Yogurt con Frutas y Granola Saludable o Granola de Nueces	<b>DESAYUNO</b> Smoothie bowl de Frutas	<b>DESAYUNO</b> Pannenkoeken con Frutas Frescas	<b>DESAYUNO</b> Pan de Banano Saludable
<b>LUNCH</b> Fajitas de Pollo al Horno	<b>LUNCH</b> Tortitas de Pollo con Queso	<b>LUNCH</b> Salteado de Repollo con Carne	<b>LUNCH</b> Cacerola de Pollo con Brocoli	<b>LUNCH</b> Tortitas de Quinoa, Mozzarella y Tomates Secos	<b>LUNCH</b> Pasta a la Bolognesa Facilísima	<b>LUNCH</b> Sandwich Frances (Croque Monsieur)
<b>CENA</b> Arroz Frito Casero	<b>CENA</b> Chilaquiles al horno con salsa Verde	<b>CENA</b> Ensalada Multicolor de Arroz, Frijoles y Maíz	<b>CENA</b> Tortitas de Atún con Salsa de Yogurt	<b>CENA</b> Ensalada de Pasta con Pesto y Camarones	<b>CENA</b> Salida a comer/ pedir comida Nachos Estilo Elote loco y Alitas de Pollo	<b>CENA</b> Green Goddess Salad