



## MENÚ VEGGIE

Dieta vegana libre de productos de origen animal. Equilibrada nutricionalmente y apta a la dieta Yoguica.

450 Kcalaprox/BANDEJA



### MENÚS DISPONIBLES DEL 22 al 24 de octubre

#### Jueves:

**Almuerzo:** Pascualina de setas y espinacas con verduras salteadas

**Cena:** Ensaladilla vegana de tofu y batata

#### Viernes:

**Almuerzo:** Moros y cristianos con chorizo vegano y verduritas

**Cena:** Crema de calabaza y coco con quinoa

#### Sábado:

**Almuerzo:** Pasta sin gluten con salsa de tomates secos, brócolis y anacardos

**Cena:** Calabacines rellenos de soja con bechamel de coco



## MENÚ VEGGIE XL

Dieta vegana libre de productos de origen animal. Equilibrada nutricionalmente recomendado para persona muy activas y deportistas que necesiten un gran aporte calórico para desarrollar sus rutinas. Rico en hidratos de carbono y proteínas vegetales.

630 Kcalaprox/BANDEJA



### MENÚS DISPONIBLES DEL 22 al 24 de octubre

#### Jueves:

**Almuerzo:** Pascualina de setas y espinacas con boniato asado y verduras salteadas

**Cena:** Ensaladilla vegana de tofu y batata

#### Viernes:

**Almuerzo:** Moros y cristianos con chorizo vegano y verduritas

**Cena:** Mezcla de quinoa, almendras, acelgas y alcachofas

#### Sábado:

**Almuerzo:** Pasta sin gluten con salsa de tomates secos, brócolis y anacardos

**Cena:** Calabacines rellenos de soja con bechamel de coco y arroz salvaje