



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
<p>Desayuno</p> <p>Pan árabe Queso de granja (tipo cottage) Ciruelas rojas</p>	<p>Desayuno</p> <p>1 rebanada de pan tostado con mermelada natural de bajo contenido de azúcar 1-2 kiwis</p>	<p>Desayuno</p> <p>Zumo de Piña 1 huevo revuelto Pan de centeno con mantequilla 1 platano</p>	<p>Desayuno</p> <p>Té verde al jengibre 1-2 Manzanas 1 Platano Avena con Leche</p>	<p>Desayuno</p> <p>Pasas 1 huevo revuelto Pan de centeno con mantequilla Té a la menta</p>	<p>Desayuno</p> <p>Granola de nuez y miel de arce con leche de soja 1 huevo escalfado 1 taza de zumo de piña o ciruela Té verde al jengibre</p>	<p>Desayuno</p> <p>2 rebanadas de pan Ezeqiel tostado con mantequilla 1 taza de zumo vegetal o plátano Té verde o infusión de hierbas</p>
<p>Almuerzo</p> <p>Bortsch (Pan) Sorbete instantáneo de mango</p>	<p>Almuerzo</p> <p>Pechuga de pollo asada Endibia y tomate cortadas en tiras</p>	<p>Almuerzo</p> <p>Ensalada de espinacas al aceite de nuez Tarta de Manzana con nueces y sirope de agave</p>	<p>Almuerzo</p> <p>Filetes de pescado al horno con escalonias y jengibre Una ensalada verde / o ensalada de apio</p>	<p>Almuerzo</p> <p>Verduras de invierno asadas Pollo con limón confitado Crumble de ciruelas</p>	<p>Almuerzo</p> <p>Queso de cabra al estragón con escalonias Con ensalada de apio O verduras salteadas en aceite de oliva</p>	<p>Almuerzo</p> <p>Pure de apionabo con perejil Conejo con limón confitado</p>
<p>Cena</p> <p>Ensalada de Pescado con arroz, espinacas crudas y cebollas rojas</p>	<p>Cena</p> <p>Rustido de ciervo marinado Ensalada de invierno con nueces, ciruelas y orejones</p>	<p>Cena</p> <p>Tofu en ensalada Filetes de avestruz con escalonias y vino</p>	<p>Cena</p> <p>Gravlax Sopa de miso</p>	<p>Cena</p> <p>Crema de brócoli Galletas de cebolla Rustido de ciervo</p>	<p>Cena</p> <p>Gallina a la salvia Ensalada de hinojo</p>	<p>Cena</p> <p>Steak tartare con ensalada verde Ensalada de peras al jengibre</p>



e-MEDICAL CHILE
Tu Especialista en Balón Intragástrico