

Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
7.00	En ayunas	En ayunas	En ayunas	En ayunas	En ayunas	En ayunas	En ayunas
	Agua con limón	Jugo Verde Bonito	Jugo Verde Top	Jugo Verde Top	Jugo Verde Bonito	Jugo Verde Bonito	Agua con limón
7.20	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
	Huevo 5-minutos y verdes	Galleta de Arroz con Palta y Ricotta	Tostada con Huevos y Champignones	Muesli con Peras	Smoothie Spirulina	Torre Mágica	Smoothie Bowl Radiante
	Té verde	Matcha Latte	Café Alcalino	Té verde		Té verde	Té verde
9.30	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack
	Frutillas y Cubitos de Ricotta	Palitos de zanahoria y apio	Jugo Superpoderoso	Palitos de zanahoria y apio	Frutillas y Cubitos de Ricotta	Mix de semillas y Bayas Goji	Palitos de zanahoria y apio
12.00	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
	Tacos de Camarón o Pollo	Falafel con Ensalada Griega	Tortitas de Atún con Verdes	Berenjenas con Parmesano	Crocante de Merluza con Verdes	Costillas de cerdo con cebolla colorada caramelizada y verdes	Pasta Mediterranea
	Limonada con Menta	Agua Alcalina	Té verde	Té verde	Té verde	Agua Alcalina	Té verde
16.00	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda
	Smoothie Spirulina	Jugo de Remolacha PreWorkout y Tostada con Manteca de Maní	Barritas de Granola con Leche de Nuez	Smoothie Rosado	Barritas de Granola con Leche de Nuez	Jugo de Remolacha PreWorkout y Tostada con Manteca de Maní	Panqueques Veganos y Yogurt Natural Descremado
18.00	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack	Snack
	Sopa de Choclo con Crema de Cilantro (de ayer)	Palitos de Zanahoria con Humus	Palta con Limón	Mix de Semillas y Bayas Goji	Mojito Alcalino	Pop Alcalino	Elegí tu snack
21.00	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
	Pan de Pita con Humus y Lechuga	Sopa de Calabacín y Champignones	Ensalada Amor de Verano	Ensalada Theo	Pizza Crocante sin Harina	Cheat meal	Sopa Curativa
	Infusión de limón y miel	Infusión de limón y miel	Infusión de echinacea	Infusión de echinacea	Infusión de manzanilla		Infusión de echinacea

"Si no te desafía, no te cambia." - Fred Devito

