

l u n e s

		

j u e v e s

	

m a r t e s

		

Nasty
Plastic

v i e r n e s

	

m i é r c o l e s

		

l u n e s

anacardos	cherris	 yogur griego
mango deshidratado	muesli	
manzana con limón		

j u e v e s

palitos zanahoria	chocolate 85%	
edamame cocido	crema de cacahuete	crackers integrales
	 frutos rojos	

m a r t e s

chocolate 85%	palitos zanahoria	 tortitas de maíz
palitos pan integral	humus	
arándanos		

Nasty Plastic

v i e r n e s

chips de plátano	huevo cocido
uvas	cherris
	 tortitas de maíz

m i é r c o l e s

chocolate 85%	medias lunas de pepino	 rollitos de crema de cacahuete
dados de queso tierno		
mandarina en gajos		