Menú Navideño NutraDiet

**Entrantes:**

Jamón Serrano

Salmón ahumado con alcaparras o bacalao desmigado al aceite de oliva

Mejillones al vapor

Gambas cocidas

Aguacate relleno

**Primer plato:**

Caldo de cocido desgrasado o caldo vegetal

**Plato principal:**

Pollo o pavo relleno al horno

 O

Lubina o dorada al horno a las finas hierbas

**Salsas** de zanahorias, tomate o cebolla.

**Guarnición** de zanahoria, calabacín y espárragos y/o patatas panaderas

**Postre:**

Manzana al horno, Peras al oporto o Piña al horno

Infusiones digestivas y relajantes

Toque dulce con frutos secos crudos o tostados con pasas, orejones y dátiles.

Chocolate de alto porcentaje en cacao sin azúcar