

## **Programación Batch Cooking**

Duración 4 horas (1 sesión) De 17:00 a 21:00

Lunes 17/11/2025 y miércoles 11/03/2026

Día 1. Menú completo de lunes a viernes en el que haremos elaboraciones tales como:

**Lunes: Plato con garbanzos cocidos, brócoli al vapor y arroz hervido / Judías verdes al vapor con tomate y huevo duro.**

**Martes: Albóndigas caseras con verduras asadas. / Bacalao al micro con pisto, cebollas asadas.**

**Miércoles: Arroz con pisto y lentejas / Berenjenas asadas con tomate y parmesano / Caldito de la abuela**

**Jueves: Pollo a la plancha con finas hierbas, con brócoli salteado. / Tortilla de verduras asadas y ensalada caprese.**

**Viernes: Judías verdes con tomate y garbanzos cocidos / Salmón al micro con cebolla asada y hummus.**