

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7	8	9	10	11
		Kcal HC Lip Prot 362 33,8 21,0 10,9	Kcal HC Lip Prot 316 37,0 16,3 6,4	Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6
		- TRITURADO DE VERDURAS CON VACUNO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON LENTEJAS (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12,T1) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)
14	15	16	17	18
Kcal HC Lip Prot 316 33,8 16,9 8,8	Kcal HC Lip Prot 334 33,9 19,1 8,2	Kcal HC Lip Prot 319 36,8 16,5 5,8	Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6	Kcal HC Lip Prot 314 36,5 16,2 5,8
- PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON HUEVO (3,12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON GARBANZOS (12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON JUDÍA BLANCA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)
21	22	23	24	25
Kcal HC Lip Prot 334 33,9 19,1 8,2	Kcal HC Lip Prot 316 33,8 16,9 8,8	Kcal HC Lip Prot 316 37,0 16,3 6,4	Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6	Kcal HC Lip Prot 314 36,5 16,2 5,8
- PURÉ DE VERDURAS CON HUEVO (3,12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON LENTEJAS (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12,T1) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON JUDÍA BLANCA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)
28	29	30		
Kcal HC Lip Prot 362 33,8 21,0 10,9	Kcal HC Lip Prot 316 33,8 16,9 8,8	Kcal HC Lip Prot 319 36,8 16,5 5,8		
- TRITURADO DE VERDURAS CON VACUNO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON GARBANZOS (12) - POSTRE (1,3,7,T10)		



Kcal: Energía Kcal / HC: Hidratos de carbono gr. / Lip: Lípidos gr. / Prot: Proteínas gr.

(1)GLUTEN (2)CRUSTACEOS (3)HUEVO (4)PESCADO (5)CACAHUETE (6)SOJA (7)LECHE (8)FRUTOS DE CASCARA (9)APIO (10)MOSTAZA (11)SESAMO
(12)SULFITOS (13)ALTRAMUCES (14)MOLUSCOS (T)TRAZAS

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA SUGERENCIA PARA LA CENA

Arroz, pasta, patata o legumbre	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	Arroz, pasta o patata
Carnes	Pescado o huevo
Pescados	Carne o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta