

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			Kcal HC Lip Prot 334 33,9 19,1 8,2	Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6
			- PURÉ DE VERDURAS CON HUEVO (3,12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)
5	6	7	8	9
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 316 37,0 16,3 6,4	Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6	Kcal HC Lip Prot 316 33,8 16,9 8,8
- PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12,T2,T14) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON HUEVO (3,12) - 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 MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12,T2,T14) - POSTRE (1,3,7,T10)
12	13	14	15	16
	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 320 35,6 16,7 7,2	Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6
	- 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,T2,T14) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON GARBANZOS Y POLLO (12) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (12) - POSTRE (1,3,7,T10)
19	20	21	22	23
Kcal HC Lip Prot 342 33,8 19,0 10,6	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 342 33,8 19,0 10,6	Kcal HC Lip Prot 314 36,5 16,2 5,8
- PURÉ DE VERDURAS CON POLLO (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,T2,T14) - POSTRE (1,3,7,T10)	- PURÉ DE VERDURAS CON HUEVO (3,12) - 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)
26	27	28	29	30
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 316 33,8 16,9 8,8	
- PURÉ DE VERDURAS CON MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12,T2,T14) - 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 MERLUZA (patata, zanahoria, calabaza, calabacín y puerro) (4,12,T2,T14) - 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	Carnes o carne
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta