

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo						
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr				
						PATATAS AL GRATÉN	274	300	ENSALADA MIXTA	132	200	COLIFLOR A LA CREMA	110	250	PARRILLADA DE VERDURAS	256	250	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO	278	200				
						POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN	149	250	FIDEUA	392	250	CARNE DE CERDO CON CHAMPIÑONES	231	270	LASAÑA DE TERNERA BOLONESA	476	400	ARROZ CON POLLO	319	350				
						RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40				
						FRUTA DE TEMPORADA	83	150	FRUTA DE TEMPORADA	102	150	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	RACION TARTA SELVA NEGRA	188	60				
							600	740		720	640		533	710		910	840		879	650				
						Prot: 31,76g; Carb: 86,33g; Lip: 13,97g; Sal: 3,67g;			Prot: 25,87g; Carb: 90,07g; Lip: 28,73g; Sal: 2,7g;			Prot: 33,78g; Carb: 71,62g; Lip: 12,44g; Sal: 3,87g;			Prot: 36,02g; Carb: 105,08g; Lip: 38,33g; Sal: 5,9g;			Prot: 38,29g; Carb: 97,27g; Lip: 37,50g; Sal: 5,33g;						
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr				
LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS	167	270	GUISANTES CON JAMON DE PAVO	292	250	ENSALADA MIXTA	132	200	VERDURAS CON PATATA EN SALSA	126	200	GARBANZOS CON VERDURAS	167	270	MACARRONES CON ATUN Y TOMATE	284	250	ENSALADA MIXTA	144	240				
CORDÓN BLEU DE PAVO	189	100	HAMBURGUESA, CEBOLLA Y CHAMPIS	566	290	FIDEUA	392	250	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	167	200	PESCADO A LA BORDALESA	291	160	TERNERA SALSA DE CHAMPIÑONES	178	200	PAELLA DE MARISCO	332	250				
TOMATE HORNO	61	80	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	TOMATE HORNO	19	100	GUISANTES AL VAPOR	69	80	PARRILLADA VERDURAS	82	80	RACION PAN.	94	40				
RACION PAN.	94	40	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION TARTA SAN MARCOS	179	60				
FRUTA DE TEMPORADA	102	150				FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150	FRUTA DE TEMPORADA	83	150										
	613	640		1050	730		702	640		494	690		829	700		721	720		749	590				
						Prot: 28,42g; Carb: 80,78g; Lip: 19,48g; Sal: 3,46g;			Prot: 47,16g; Carb: 81,00g; Lip: 59,73g; Sal: 6,15g;			Prot: 24,87g; Carb: 86,32g; Lip: 28,80g; Sal: 2,77g;			Prot: 33,10g; Carb: 63,46g; Lip: 11,99g; Sal: 3,29g;			Prot: 35,96g; Carb: 107,76g; Lip: 28,27g; Sal: 6,02g;			Prot: 38,16g; Carb: 101,84g; Lip: 17,94g; Sal: 4,59g;			Prot: 21,50g; Carb: 95,86g; Lip: 31,10g; Sal: 3,71g;
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr				
TRINXAT CON BACON Y BUTIFARRA	316	330	ARROZ TRES DECLICIAS	278	250	GARBANZOS CON VERDURAS	167	270	JUDIAS VERDES CON PATATAS	209	300	LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS	167	270	ESPAGUETIS BOLONESA DE AVE	402	350	ENSALADA MIXTA	144	240				
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP	285	180	CARNE DE CERDO CON CHAMPIÑONES	231	270	SALMON SALTEADO CON VERDURA Y ACEITUNAS	261	250	BUTIFARRA A LA PLANCHA	269	80	MERLUZA CON CREMA DE ESPINACAS	172	140	TERNERA A LA JARDINERA	170	230	PAELLA VALENCIANA	280	250				
TOMATE HORNO	61	80	RACION PAN.	94	40	TOMATE HORNO	61	80	CHAMPIÑONES	16	85	PARRILLADA VERDURAS	82	80	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40				
RACION PAN.	94	40	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	FRUTA DE TEMPORADA	83	150	RACION TARTA QUESO ARANDANOS	140	50				
FRUTA DE TEMPORADA	208	150				FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	102	150										
	964	780		687	710		681	790		676	655		617	680		749	770		658	580				
						Prot: 62,00g; Carb: 102,17g; Lip: 34,20g; Sal: 4,41g;			Prot: 42,49g; Carb: 105,90g; Lip: 10,34g; Sal: 3,44g;			Prot: 33,08g; Carb: 75,00g; Lip: 27,70g; Sal: 2,78g;			Prot: 23,02g; Carb: 71,79g; Lip: 32,72g; Sal: 3,48g;			Prot: 26,68g; Carb: 78,08g; Lip: 21,95g; Sal: 3,1g;			Prot: 49,21g; Carb: 97,66g; Lip: 17,28g; Sal: 4,04g;			Prot: 20,47g; Carb: 98,06g; Lip: 20,55g; Sal: 2,87g;
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr				
LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS	167	270	MACARRONES CON PAVO	234	200	PATATAS AL GRATÉN	274	300	ENSALADA MIXTA	132	200	COLIFLOR A LA CREMA	110	250	PARRILLADA DE VERDURAS	256	250	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO	278	200				
POLLO AL AJILLO CON PATATAS	339	250	MERLUZA EN SALSA DE PUERRO	107	220	POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN	149	250	FIDEUA	392	250	CARNE DE CERDO CON CHAMPIÑONES	231	270	LASAÑA DE TERNERA BOLONESA	476	400	ARROZ CON POLLO	319	350				
RACION PAN.	94	40	PARRILLADA VERDURAS	82	80	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40				
FRUTA DE TEMPORADA	208	150	RACION PAN.	94	40	FRUTA DE TEMPORADA	83	150	FRUTA DE TEMPORADA	102	150	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	RACION TARTA SELVA NEGRA	188	60				
						FRUTA DE TEMPORADA	84	150																
	808	710		601	690		600	740		720	640		533	710		910	840		879	650				
						Prot: 40,74g; Carb: 121,91g; Lip: 17,43g; Sal: 2,85g;			Prot: 30,32g; Carb: 78,04g; Lip: 17,09g; Sal: 3,51g;			Prot: 31,76g; Carb: 86,33g; Lip: 13,97g; Sal: 3,67g;			Prot: 25,87g; Carb: 90,07g; Lip: 28,73g; Sal: 2,7g;			Prot: 33,78g; Carb: 71,62g; Lip: 12,44g; Sal: 3,87g;			Prot: 36,02g; Carb: 105,08g; Lip: 38,33g; Sal: 5,9g;			Prot: 38,29g; Carb: 97,27g; Lip: 37,50g; Sal: 5,33g;
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02						
LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS	167	270	GUISANTES CON JAMON DE PAVO	292	250	ENSALADA MIXTA	132	200	VERDURAS CON PATATA EN SALSA	126	200	GARBANZOS CON VERDURAS	167	270										
CORDÓN BLEU DE PAVO	189	100	HAMBURGUESA, CEBOLLA Y CHAMPIS	566	290	FIDEUA	392	250	POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES	167	200	PESCADO A LA BORDALESA	291	160										
TOMATE HORNO	61	80	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	TOMATE HORNO	19	100	GUISANTES AL VAPOR	69	80										
RACION PAN.	94	40	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40										
FRUTA DE TEMPORADA	102	150				FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150										
	613	640		1050	730		702	640		494	690		829	700										
						Prot: 28,42g; Carb: 80,78g; Lip: 19,48g; Sal: 3,46g;			Prot: 47,16g; Carb: 81,00g; Lip: 59,73g; Sal: 6,15g;			Prot: 24,87g; Carb: 86,32g; Lip: 28,80g; Sal: 2,77g;			Prot: 33,10g; Carb: 63,46g; Lip: 11,99g; Sal: 3,29g;			Prot: 35,96g; Carb: 107,76g; Lip: 28,27g; Sal: 6,02g;						

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

TANIA MERCADÉ PEDROL
Dietista-Nutricionista
CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						BROCOLI CON PATATA	159	300	ENSALADA MIXTA	132	200	COLIFLOR AL VAPOR	122	300	PARRILLADA DE VERDURAS	256	250	ESPINACAS Y ZANAHORIA	82	300
						POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN	149	250	TIRAS DE TERNERA EN SU JUGO	140	200	CARNE DE CERDO CON CHAMPIÑONES	231	270	SALCHICHA DE VACUNO PLANCHA	237	90	ARROZ CON POLLO	319	350
						PAN S/G	61	27	ZANAHORIA Y GUI SANTES	59	80	PAN S/G	61	27	DADOS DE BONIATO AL VAPOR	64	100	PAN S/G	61	27
						FRUTA DE TEMPORADA	83	150	PAN S/G	61	27	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	PAN S/G	61	27	FRUTA DE TEMPORADA	77	150
									FRUTA DE TEMPORADA	102	150				FRUTA DE TEMPORADA	84	150			
							452	727		494	657		512	747		702	617		539	827
							Prot: 28,63g; Carb: 66,93g; Lip: 7,80g; Sal: 2,23g;			Prot: 26,72g; Carb: 51,78g; Lip: 19,92g; Sal: 2,25g;			Prot: 32,15g; Carb: 58,77g; Lip: 16,42g; Sal: 3,67g;			Prot: 20,04g; Carb: 69,33g; Lip: 37,71g; Sal: 2,81g;			Prot: 25,90g; Carb: 92,45g; Lip: 7,30g; Sal: 1,83g;	
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
GARBANZOS CON VERDURAS	167	270	GUISANTES CON JAMON DE PAVO	292	250	ENSALADA MIXTA	132	200	MENESTRA CON PATATAS	133	300	GARBANZOS CON VERDURAS	167	270	ESPIRALES BOLOÑESA AVE S/G S/L	416	350	ENSALADA MIXTA	144	240
FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA	100	100	PASTEL DE CARNE CON PURE	378	400	ARROZ CON POLLO	319	350	POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN	149	250	ABADEJO EN SALSA DE TOMATE	176	250	TERNERA SALSA DE CHAMPIÑONES	178	200	PAELLA DE MARISCO	332	250
TOMATE HORNO	61	80	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	GUISANTES AL VAPOR	69	80	PARRILLADA VERDURAS	82	80	PAN S/G	61	27
PAN S/G	61	27	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	FRUTA DE TEMPORADA	88	150	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	FRUTA DE TEMPORADA	77	150
FRUTA DE TEMPORADA	102	150							FRUTA DE TEMPORADA	208	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150	FRUTA DE TEMPORADA	83	150			
	491	627		829	827		596	727		431	727		681	777		820	807		614	667
	Prot: 30,66g; Carb: 62,38g; Lip: 13,16g; Sal: 1,56g;			Prot: 34,83g; Carb: 98,40g; Lip: 32,91g; Sal: 3,67g;			Prot: 20,39g; Carb: 87,17g; Lip: 18,38g; Sal: 1,74g;			Prot: 29,95g; Carb: 60,73g; Lip: 7,65g; Sal: 1,51g;			Prot: 36,13g; Carb: 102,82g; Lip: 13,92g; Sal: 3,12g;			Prot: 39,98g; Carb: 124,04g; Lip: 18,27g; Sal: 3,71g;			Prot: 19,24g; Carb: 80,41g; Lip: 23,91g; Sal: 2,58g;	
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
MENESTRA DE VERDURAS	110	300	ARROZ CON VERDURAS	285	350	GARBANZOS CON VERDURAS	167	270	JUDIAS VERDES CON PATATAS	209	300	CREMA DE LEGUMBRES Y VERDURA	134	270	ESPIRALES BOLOÑESA AVE S/G S/L	416	350	ENSALADA MIXTA	144	240
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP	285	180	CARNE DE CERDO CON CHAMPIÑONES	231	270	SALMON SALTEADO CON VERDURA Y ACEITUNAS	261	250	BUTIFARRA A LA PLANCHA	269	80	MERLUZA CON AJO Y PEREJIL	186	140	TERNERA A LA JARDINERA	170	230	PAELLA VALENCIANA	280	250
TOMATE HORNO	61	80	PAN S/G	61	27	TOMATE HORNO	61	80	CHAMPIÑONES	16	85	PARRILLADA VERDURAS	82	80	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27
PAN S/G	61	27	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	FRUTA DE TEMPORADA	83	150	FRUTA DE TEMPORADA	77	150
FRUTA DE TEMPORADA	208	150				FRUTA DE TEMPORADA	98	150	FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	102	150						
	725	737		661	797		648	777		643	642		565	667		730	757		562	667
	Prot: 56,74g; Carb: 82,47g; Lip: 18,61g; Sal: 0,97g;			Prot: 34,01g; Carb: 105,25g; Lip: 11,47g; Sal: 2,9g;			Prot: 30,70g; Carb: 68,35g; Lip: 27,98g; Sal: 2,13g;			Prot: 20,64g; Carb: 65,14g; Lip: 33,00g; Sal: 2,83g;			Prot: 29,04g; Carb: 63,94g; Lip: 19,34g; Sal: 2,04g;			Prot: 39,38g; Carb: 120,86g; Lip: 9,86g; Sal: 1,87g;			Prot: 18,49g; Carb: 87,91g; Lip: 15,16g; Sal: 1,21g;	
20			21			22			23			24			25			26		
27			28			29			30			31			01			02		

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

TANIA MERCADÉ PEDROL
 Dietista - Nutricionista
 CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo					
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr			
						ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350			
						PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100			
						Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450			
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr			
POLLO, VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSAS BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350			
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100			
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450			
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr			
POLLO, VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSAS BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350			
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100			
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450			
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr			
POLLO, VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSAS BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350			
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100			
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450			
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02					
POLLO, VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSAS BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350									
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100									
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450									

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. *** DIABÉTICO INTOLERANTE A LA LACTOSA

TANIA MERCADÉ PEDROL
Dietista- Nutricionista
CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
						PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
						Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSABOLOÑESA	475	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSABOLOÑESA	475	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSABOLOÑESA	475	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02		
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSABOLOÑESA	475	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350						
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100						
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,95g; Sal: 1,48g;	508	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450						

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. *** ALERGIA MOLUSCOS Y MARISCO

TANIA MERCADÉ PEDROL
Dietista- Nutricionista
CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
						ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
						Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSA BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSA BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSA BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350	PAELLA	395	350	ALUBIAS CON CHORIZO	482	350
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450	Prot: 20,05g; Carb: 41,65g; Lip: 22,15g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 20,40g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sal: 1,92g;	539	450
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02		
PURE DE MACEDONIA	63	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MANZANA	57	100	PURE DE MELOCOTON Y MACEDONIA	58	100	PURE DE MANZANA Y PLATANO	66	100						
POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS	424	350	PASTA CON SALSA BOLOÑESA	475	350	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO	433	350	ARROZ,GARBANZOS Y VERDURAS	394	350	RAGU VACUNO Y VEGETALES	389	350						
Prot: 25,35g; Carb: 53,50g; Lip: 19,00g; Sal: 1,4g;	487	450	Prot: 22,15g; Carb: 41,30g; Lip: 30,90g; Sal: 1,75g;	532	450	Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sal: 1,66g;	490	450	Prot: 12,20g; Carb: 48,30g; Lip: 23,55g; Sal: 1,31g;	452	450	Prot: 21,91g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sal: 1,66g;	455	450						

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

TANIA MERCADÉ PEDROL
Dietista- Nutricionista
CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo								
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr						
						GUISANTES VAPOR CON PATATA	257	300	JUDIAS VERDES CON PATATAS	209	300	SOPA DE PESCADO CON LETRITAS	71	300	CREMA DE CALABACIN	78	270	SOPA DE PICADILLO	133	270						
						PAVO CON VERDURAS EN SALSA	269	240	MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGOS	146	250	TORTILLA DE QUESO	206	140	CALAMARES ROMANA	270	140	PAN CON TOMATE	271	90						
						ZANAHORIA 100 GR	27	100	PARRILLADA VERDURAS	82	80	DADOS DE BONIATO AL VAPOR	64	100	TOMATE NATURAL	19	100	JAMON SERRANO	160	60						
						RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	QUESO EDAM	78	22						
						CREMA DE VANILLA	141	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR NATURAL	111	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR FRESA	111	125						
							788	805		642	795		546	705		572	675		753	567						
						Prot: 43,33g; Carb: 87,16g; Lip: 29,21g; Sal: 4,68g;			Prot: 33,21g; Carb: 82,91g; Lip: 19,49g; Sal: 3,04g;			Prot: 24,32g; Carb: 71,80g; Lip: 18,09g; Sal: 2,38g;			Prot: 21,81g; Carb: 83,59g; Lip: 16,87g; Sal: 4,72g;			Prot: 38,52g; Carb: 68,57g; Lip: 36,21g; Sal: 12,99g;								
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr						
SOPA DE PESCADO CON FIDEOS	71	300	COLIFLOR CON PATATA	187	300	CREMA DE VERDURAS	120	270	SOPA DE AVE CON FIDEOS	65	338	CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOSA)	163	270	JUDIAS VERDES Y PATATAS	156	270	SOPA DE AVE CON FIDEOS	65	338						
TORTILLA CALABACÍN Y PATATA	257	200	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	169	120	MERLUZA A LA TOSCANA	157	140	CROQUETAS DE JAMÓN	241	120	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	206	125	TORTILLA FRANCESA	131	85	PAN CON TOMATE	271	90						
PARRILLADA VERDURAS	82	80	ZANAHORIA 100 GR	27	100	PATATA HERVIDA CON PEREJIL	62	75	TOMATE HORNO	61	80	PATATA HERVIDA	68	80	CHAMPIÑONES	16	85	LONCHA JAMON YORK	23	22						
RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	QUESO EDAM	78	22						
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE VANILLA	141	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR PLÁTANO	111	125						
	586	745		588	685		574	650		578	703		613	640		508	605		548	597						
						Prot: 21,30g; Carb: 74,83g; Lip: 22,47g; Sal: 3,73g;			Prot: 38,26g; Carb: 70,21g; Lip: 16,59g; Sal: 5,18g;			Prot: 25,86g; Carb: 67,92g; Lip: 22,07g; Sal: 3,22g;			Prot: 16,53g; Carb: 85,85g; Lip: 18,58g; Sal: 2,56g;			Prot: 42,45g; Carb: 67,73g; Lip: 19,12g; Sal: 3,94g;			Prot: 20,49g; Carb: 54,89g; Lip: 23,09g; Sal: 4,98g;			Prot: 21,48g; Carb: 65,64g; Lip: 22,26g; Sal: 5,44g;		
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr						
CREMA DE CHAMPIÑONES	89	270	CREMA DE CALABAZA	112	270	SOPA DE PESCADO CON FIDEOS	71	300	CREMA DE BRÓCOLI	189	270	SOPA DE PICADILLO	133	270	ESPINACAS A LA CREMA	278	300	SOPA DE AVE CON FIDEOS	65	338						
BOQUERONES REBOZADOS	191	100	HAMBURGUESA DE AVE PLANCHA	189	100	TORTILLA CALABACÍN Y PATATA	257	200	MUSLO DE POLLO AL HORNO	277	145	TORTILLA FRANCESA	131	85	DADOS DE MERLUZA A LAS FINAS HIERBAS	161	150	PAN CON TOMATE	271	90						
CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	BERENJENA GRILL	76	100	TOMATE HORNO	61	80	CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	PURE DE PATATAS	111	100	ARROZ BLANCO HERVIDO	95	80	JAMON SERRANO	160	60						
RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	QUESO EDAM	78	22						
YOGUR FRESA	111	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	CREMA DE VANILLA	141	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR NATURAL	82	125						
	508	610		582	635		624	745		694	655		586	620		739	695		656	635						
						Prot: 25,05g; Carb: 61,35g; Lip: 17,95g; Sal: 2,63g;			Prot: 23,88g; Carb: 64,04g; Lip: 22,94g; Sal: 3,16g;			Prot: 19,07g; Carb: 82,16g; Lip: 24,31g; Sal: 3,36g;			Prot: 44,84g; Carb: 50,05g; Lip: 34,92g; Sal: 4,05g;			Prot: 24,37g; Carb: 71,88g; Lip: 22,37g; Sal: 4,33g;			Prot: 36,14g; Carb: 71,05g; Lip: 34,47g; Sal: 5,06g;			Prot: 32,06g; Carb: 59,35g; Lip: 32,31g; Sal: 11,68g;		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr						
SOPA DE AVE CON FIDEOS	65	338	CREMA DE CALABAZA	112	270	GUISANTES VAPOR CON PATATA	257	300	JUDIAS VERDES CON PATATAS	209	300	SOPA DE PESCADO CON LETRITAS	71	300	CREMA DE CALABACIN	78	270	SOPA DE PICADILLO	133	270						
TORTILLA FRANCESA	131	85	CREP DE ESPINACAS Y QUESO	293	200	PAVO CON VERDURAS EN SALSA	269	240	MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGOS	146	250	TORTILLA DE QUESO	206	140	CALAMARES ROMANA	270	140	PAN CON TOMATE	271	90						
DADOS DE BONIATO AL VAPOR	64	100	TOMATE HORNO	61	80	ZANAHORIA 100 GR	27	100	PARRILLADA VERDURAS	82	80	DADOS DE BONIATO AL VAPOR	64	100	TOMATE NATURAL	19	100	JAMON SERRANO	160	60						
RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	QUESO EDAM	78	22						
CREMA DE VANILLA	141	125	YOGUR LIMON	117	125	CREMA DE VANILLA	141	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR NATURAL	111	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR FRESA	111	125						
	495	688		677	715		788	805		642	795		546	705		572	675		753	567						
						Prot: 16,42g; Carb: 69,16g; Lip: 16,97g; Sal: 2,18g;			Prot: 23,94g; Carb: 87,23g; Lip: 25,80g; Sal: 3,58g;			Prot: 43,33g; Carb: 87,16g; Lip: 29,21g; Sal: 4,68g;			Prot: 33,21g; Carb: 82,91g; Lip: 19,49g; Sal: 3,04g;			Prot: 24,32g; Carb: 71,80g; Lip: 18,09g; Sal: 2,38g;			Prot: 21,81g; Carb: 83,59g; Lip: 16,87g; Sal: 4,72g;			Prot: 38,52g; Carb: 68,57g; Lip: 36,21g; Sal: 12,99g;		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02								
SOPA DE PESCADO CON FIDEOS	71	300	COLIFLOR CON PATATA	187	300	CREMA DE VERDURAS	120	270	SOPA DE AVE CON FIDEOS	65	338	CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOSA)	163	270												
TORTILLA CALABACÍN Y PATATA	257	200	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	169	120	MERLUZA A LA TOSCANA	157	140	CROQUETAS DE JAMÓN	241	120	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	206	125												
PARRILLADA VERDURAS	82	80	ZANAHORIA 100 GR	27	100	PATATA HERVIDA CON PEREJIL	62	75	TOMATE HORNO	61	80	PATATA HERVIDA	68	80												
RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40	RACION PAN.	94	40												
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE VANILLA	141	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR NATURAL	82	125												
	586	745		588	685		574	650		578	703		613	640												
						Prot: 21,30g; Carb: 74,83g; Lip: 22,47g; Sal: 3,73g;			Prot: 38,26g; Carb: 70,21g; Lip: 16,59g; Sal: 5,18g;			Prot: 25,86g; Carb: 67,92g; Lip: 22,07g; Sal: 3,22g;			Prot: 16,53g; Carb: 85,85g; Lip: 18,58g; Sal: 2,56g;			Prot: 42,45g; Carb: 67,73g; Lip: 19,12g; Sal: 3,94g;								

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

TANIA MERCADÉ PEDROL
 Dietista - Nutricionista
 CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						GUISANTES CON PATATAS	256	300	JUDIAS VERDES CON PATATAS	209	300	ARROZ CALDO DE POLLO	150	270	CREMA DE CALABACIN	78	270	BROCOLI CON PATATA	159	300
						PECHUGA PAVO A LA PLANCHA	142	100	MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGOS	146	250	TORTILLA FRANCESA	131	85	FILETE DE FOGONERO PLANCHA	102	100	JAMON SERRANO	160	60
						ZANAHORIA 100 GR	27	100	PARRILLADA VERDURAS	82	80	DADOS DE BONIATO AL VAPOR	64	100	TOMATE NATURAL	19	100	PAVO	23	25
						PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G 2	121	54
						YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR NATURAL	111	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
							583	652		595	782		517	607		357	622		560	564
						Prot: 48,80g; Carb: 62,80g; Lip: 15,12g; Sal: 2,1g;			Prot: 32,95g; Carb: 69,76g; Lip: 20,14g; Sal: 2,24g;			Prot: 25,92g; Carb: 60,52g; Lip: 19,01g; Sal: 4,72g;			Prot: 33,05g; Carb: 35,94g; Lip: 9,02g; Sal: 1,41g;			Prot: 32,51g; Carb: 60,74g; Lip: 20,81g; Sal: 8,26g;		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
ARROZ CALDO DE POLLO	150	270	COLIFLOR CON PATATA	187	300	CREMA DE PUERRO	80	270	SOPA JULIANA VERDURAS	76	270	CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOSA)	163	270	JUDIAS VERDES Y PATATAS	156	270	BROCOLI CON PATATA	159	300
TORTILLA CALABACIN Y PATATA	257	200	CARNE DE CERDO CON CHAMPIÑONES	231	270	DADOS DE MERLUZA A LAS FINAS HIERBAS	161	150	FINGUERS DE POLLO SIN GLUTEN	344	150	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	206	125	TORTILLA FRANCESA	131	85	PECHUGA PAVO A LA PLANCHA	142	100
PARRILLADA VERDURAS	82	80	PAN S/G	61	27	PATATA HERVIDA CON PEREJIL	62	75	TOMATE HORNO	61	80	PATATA HERVIDA	68	80	CHAMPIÑONES	16	85	TOMATE HORNO	61	80
PAN S/G	61	27	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27
YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125				YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
	647	702		576	722		461	647		639	652		595	627		461	592		520	632
Prot: 31,26g; Carb: 69,98g; Lip: 26,80g; Sal: 5,48g;			Prot: 38,12g; Carb: 65,12g; Lip: 18,13g; Sal: 3,67g;			Prot: 28,37g; Carb: 42,50g; Lip: 18,19g; Sal: 2,56g;			Prot: 29,29g; Carb: 60,35g; Lip: 31,05g; Sal: 2,51g;			Prot: 42,07g; Carb: 60,83g; Lip: 20,27g; Sal: 3,14g;			Prot: 20,23g; Carb: 41,74g; Lip: 23,74g; Sal: 4,18g;			Prot: 44,89g; Carb: 51,24g; Lip: 15,01g; Sal: 2,09g;		
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
CREMA DE CALABACIN	78	270	CREMA DE CALABAZA	112	270	SOPA JULIANA VERDURAS	76	270	GUISANTES CON PATATAS	256	300	JUDIA VERDE AL VAPOR	149	300	CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOSA)	163	270	CREMA DE CALABAZA	112	270
FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA	100	100	SALCHICHA DE AVE	197	80	TORTILLA CALABACIN Y PATATA	257	200	MUSLO DE POLLO AL HORNO	277	145	TORTILLA FRANCESA	131	85	DADOS DE MERLUZA A LAS FINAS HIERBAS	161	150	PAVO	23	25
CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	BERENJENA GRILL	76	100	TOMATE HORNO	61	80	CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	PATATA HERVIDA	68	80	ARROZ BLANCO HERVIDO	95	80	JAMON SERRANO	160	60
PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G	61	27	PAN S/G 2	121	54
YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
	359	597		543	602		552	702		714	672		506	617		577	652		513	534
Prot: 32,33g; Carb: 35,41g; Lip: 9,88g; Sal: 1,4g;			Prot: 22,62g; Carb: 45,89g; Lip: 29,89g; Sal: 2,38g;			Prot: 18,79g; Carb: 59,35g; Lip: 26,50g; Sal: 3,24g;			Prot: 51,30g; Carb: 60,30g; Lip: 29,75g; Sal: 2,08g;			Prot: 21,28g; Carb: 51,35g; Lip: 23,25g; Sal: 3,52g;			Prot: 33,45g; Carb: 67,98g; Lip: 19,04g; Sal: 2,14g;			Prot: 27,68g; Carb: 51,23g; Lip: 21,98g; Sal: 8,04g;		
20			21			22			23			24			25			26		
27			28			29			30			31			01			02		

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

TANIA MERCADÉ PEDROL
 Dietista - Nutricionista
 CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
						POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO A LA BRASA	419	350
							498	475		527	475		517	475		548	475		516	475
						Prot: 31,95g; Carb: 40,90g; Lip: 22,45g; Sal: 1,13g;			Prot: 27,05g; Carb: 50,00g; Lip: 23,85g; Sal: 1,48g;			Prot: 26,70g; Carb: 39,50g; Lip: 28,05g; Sal: 1,66g;			Prot: 27,40g; Carb: 43,00g; Lip: 29,10g; Sal: 1,48g;			Prot: 27,05g; Carb: 50,00g; Lip: 22,45g; Sal: 1,48g;		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ESTOFADO DE CERDO Y VERDURAS	398	350
	516	475		535	475		498	475		527	475		517	475		548	475		495	475
						Prot: 26,00g; Carb: 35,65g; Lip: 30,15g; Sal: 1,57g;			Prot: 27,75g; Carb: 46,50g; Lip: 26,65g; Sal: 1,83g;			Prot: 31,95g; Carb: 40,90g; Lip: 22,45g; Sal: 1,13g;			Prot: 27,05g; Carb: 50,00g; Lip: 23,85g; Sal: 1,48g;			Prot: 26,70g; Carb: 39,50g; Lip: 28,05g; Sal: 1,66g;		
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO CON ARROZ Y ZANAHORIA	442	350
	516	475		535	475		498	475		527	475		517	475		548	475		539	475
						Prot: 26,00g; Carb: 35,65g; Lip: 30,15g; Sal: 1,57g;			Prot: 27,75g; Carb: 46,50g; Lip: 26,65g; Sal: 1,83g;			Prot: 31,95g; Carb: 40,90g; Lip: 22,45g; Sal: 1,13g;			Prot: 27,05g; Carb: 50,00g; Lip: 23,85g; Sal: 1,48g;			Prot: 26,70g; Carb: 39,50g; Lip: 28,05g; Sal: 1,66g;		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr
YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO A LA BRASA	419	350
	516	475		535	475		498	475		527	475		517	475		548	475		516	475
						Prot: 26,00g; Carb: 35,65g; Lip: 30,15g; Sal: 1,57g;			Prot: 27,75g; Carb: 46,50g; Lip: 26,65g; Sal: 1,83g;			Prot: 31,95g; Carb: 40,90g; Lip: 22,45g; Sal: 1,13g;			Prot: 27,05g; Carb: 50,00g; Lip: 23,85g; Sal: 1,48g;			Prot: 26,70g; Carb: 39,50g; Lip: 28,05g; Sal: 1,66g;		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02		
YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125	YOGUR SIN LACTOSA NATURAL	97	125						
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350						
	516	475		535	475		498	475		527	475		517	475						
						Prot: 26,00g; Carb: 35,65g; Lip: 30,15g; Sal: 1,57g;			Prot: 27,75g; Carb: 46,50g; Lip: 26,65g; Sal: 1,83g;			Prot: 31,95g; Carb: 40,90g; Lip: 22,45g; Sal: 1,13g;			Prot: 27,05g; Carb: 50,00g; Lip: 23,85g; Sal: 1,48g;			Prot: 26,70g; Carb: 39,50g; Lip: 28,05g; Sal: 1,66g;		

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. *** DIABÉTICO INTOLERANTE A LA LACTOSA

TANIA MERCADÉ PEDROL
 Dietista- Nutricionista
 CAT000367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
						POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO A LA BRASA	419	350
							518	475		562	475		502	475		562	475		589	475
						Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,43g; Carb: 68,25g; Lip: 23,58g; Sal: 1,61g;		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ESTOFADO DE CERDO Y VERDURAS	398	350
	501	475		549	475		518	475		562	475		502	475		562	475		568	475
Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 25,63g; Carb: 53,00g; Lip: 26,28g; Sal: 1,98g;			Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,08g; Carb: 64,75g; Lip: 23,58g; Sal: 1,52g;		
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO CON ARROZ Y ZANAHORIA	442	350
	501	475		549	475		518	475		562	475		502	475		562	475		612	475
Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 25,63g; Carb: 53,00g; Lip: 26,28g; Sal: 1,98g;			Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 25,83g; Carb: 64,75g; Lip: 27,78g; Sal: 1,78g;		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO A LA BRASA	419	350
	501	475		549	475		518	475		562	475		502	475		562	475		589	475
Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 25,63g; Carb: 53,00g; Lip: 26,28g; Sal: 1,98g;			Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,43g; Carb: 68,25g; Lip: 23,58g; Sal: 1,61g;		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02		
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125						
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	TORTILLA DE PATATA	420	350						
	501	475		549	475		518	475		562	475		502	475						
Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 25,63g; Carb: 53,00g; Lip: 26,28g; Sal: 1,98g;			Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;								

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. *** ALERGIA MOLUSCOS Y MARISCO

TANIA MERCADÉ PEDROL
Dietista-Nutricionista
CAT008367

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			Sábado			Domingo		
29			30			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	04	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
						YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
						POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO A LA BRASA	419	350
							518	475		541	475		502	475		562	475		589	475
						Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 24,93g; Carb: 56,50g; Lip: 23,48g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,43g; Carb: 68,25g; Lip: 23,58g; Sal: 1,61g;		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	11	Kcal	Gr	12	Kcal	Gr
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	ESTOFADO DE CERDO Y VERDURAS	398	350
	501	475		549	475		518	475		541	475		502	475		562	475		568	475
						Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 25,63g; Carb: 53,00g; Lip: 26,28g; Sal: 1,98g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,08g; Carb: 64,75g; Lip: 23,58g; Sal: 1,52g;		
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	19	Kcal	Gr
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO CON ARROZ Y ZANAHORIA	442	350
	501	475		549	475		518	475		541	475		502	475		562	475		612	475
						Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 24,93g; Carb: 56,50g; Lip: 23,48g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 25,83g; Carb: 64,75g; Lip: 27,78g; Sal: 1,78g;		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	25	Kcal	Gr	26	Kcal	Gr
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	CREMA DE CHOCOLATE	170	125
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA	451	350	CERDO A LA BRASA	419	350
	501	475		549	475		518	475		541	475		502	475		562	475		589	475
						Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 24,93g; Carb: 56,50g; Lip: 23,48g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;			Prot: 25,28g; Carb: 49,50g; Lip: 28,73g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,43g; Carb: 68,25g; Lip: 23,58g; Sal: 1,61g;		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	01			02		
YOGUR NATURAL	82	125	YOGUR FRESA	111	125	YOGUR LIMON	117	125	YOGUR PLÁTANO	111	125	YOGUR NATURAL	82	125						
HUEVO Y VERDURAS	419	350	PAVO ZANAHORIA Y PATATA	438	350	POLLO,VEGETALES Y PASTA	401	350	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS	430	350	TORTILLA DE PATATA	420	350						
	501	475		549	475		518	475		541	475		502	475						
						Prot: 24,00g; Carb: 35,90g; Lip: 29,28g; Sal: 1,72g;			Prot: 29,45g; Carb: 51,65g; Lip: 20,95g; Sal: 1,27g;			Prot: 24,93g; Carb: 56,50g; Lip: 23,48g; Sal: 1,63g;			Prot: 24,70g; Carb: 39,75g; Lip: 27,18g; Sal: 1,81g;					

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

TANIA MERCADÉ PEDROL
 Dietista- Nutricionista
 CAT000367