

Dieta: Basal

E: Energia en kcal, G: Grasas en gramos, GS: Grasas saturadas en gramos, P: Proteinas en gramos, H: Hidratos de Carbono en gramos, A: Azúcares en gramos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				E:650 G:14.5 Gs:1.4 P:31.5 H:93.6 A:15.6 Cocimiento de pollo con arroz, patatas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	Festivo	Festivo
E:505 G:14.1 Gs:1.4 P:29.3 H:60.2 A:15.6 Cocimiento de pollo con patatas, guisantes, habicholillas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:441 G:10.9 Gs:1.4 P:23.4 H:58.5 A:15.6 Cocimiento de lenguado con patata, calabacín zanahorias, nabo, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:495 G:13.1 Gs:1.4 P:26.9 H:62.7 A:15.6 Cocimiento de ternera con patatas, guisantes, habicholillas, zanahoria, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	E:447 G:11.0 Gs:1.4 P:20.1 H:62.4 A:15.6 Cocimiento de merluza, patata, zanahorias, calabacín, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:650 G:14.5 Gs:1.4 P:31.5 H:93.6 A:15.6 Cocimiento de pollo con arroz, patatas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	Festivo	Festivo
E:505 G:14.1 Gs:1.4 P:29.3 H:60.2 A:15.6 Cocimiento de pollo con patatas, guisantes, habicholillas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:441 G:10.9 Gs:1.4 P:23.4 H:58.5 A:15.6 Cocimiento de lenguado con patata, calabacín zanahorias, nabo, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:495 G:13.1 Gs:1.4 P:26.9 H:62.7 A:15.6 Cocimiento de ternera con patatas, guisantes, habicholillas, zanahoria, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	E:447 G:11.0 Gs:1.4 P:20.1 H:62.4 A:15.6 Cocimiento de merluza, patata, zanahorias, calabacín, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:650 G:14.5 Gs:1.4 P:31.5 H:93.6 A:15.6 Cocimiento de pollo con arroz, patatas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	Festivo	Festivo
E:505 G:14.1 Gs:1.4 P:29.3 H:60.2 A:15.6 Cocimiento de pollo con patatas, guisantes, habicholillas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:441 G:10.9 Gs:1.4 P:23.4 H:58.5 A:15.6 Cocimiento de lenguado con patata, calabacín zanahorias, nabo, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:495 G:13.1 Gs:1.4 P:26.9 H:62.7 A:15.6 Cocimiento de ternera con patatas, guisantes, habicholillas, zanahoria, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	E:447 G:11.0 Gs:1.4 P:20.1 H:62.4 A:15.6 Cocimiento de merluza, patata, zanahorias, calabacín, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:650 G:14.5 Gs:1.4 P:31.5 H:93.6 A:15.6 Cocimiento de pollo con arroz, patatas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	Festivo	Festivo
E:505 G:14.1 Gs:1.4 P:29.3 H:60.2 A:15.6 Cocimiento de pollo con patatas, guisantes, habicholillas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:441 G:10.9 Gs:1.4 P:23.4 H:58.5 A:15.6 Cocimiento de lenguado con patata, calabacín zanahorias, nabo, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:495 G:13.1 Gs:1.4 P:26.9 H:62.7 A:15.6 Cocimiento de ternera con patatas, guisantes, habicholillas, zanahoria, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	E:447 G:11.0 Gs:1.4 P:20.1 H:62.4 A:15.6 Cocimiento de merluza, patata, zanahorias, calabacín, tomate, cebolla, aceite Yogur	E:650 G:14.5 Gs:1.4 P:31.5 H:93.6 A:15.6 Cocimiento de pollo con arroz, patatas, zanahorias, tomate, cebolla, aceite y sal Yogur	Festivo	Festivo