

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata, pimienta, tomate, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 427,50 Prot: 13,53g Hidrat: 60,19g Grasas: 13,12g Sat: 2,91g Azúc: 19,13g Sal: 0,30g	3 (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimienta, cebolla, ajo)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 334,31 Prot: 9,90g Hidrat: 51,62g Grasas: 10,36g Sat: 2,22g Azúc: 18,81g Sal: 0,34g	4 (G) TX GURULLOS CON POLLO (pimiento, cebolla, patata, tomate, ajo)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 526,90 Prot: 19,63g Hidrat: 81,15g Grasas: 13,82g Sat: 3,14g Azúc: 18,84g Sal: 0,60g	5 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	6 (G) TX GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimienta, guisante, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 281,60 Prot: 14,40g Hidrat: 36,90g Grasas: 7,97g Sat: 2,95g Azúc: 17,68g Sal: 0,15g
9 (G) TX DE VERDURA CON MERLUZA (patata, cebolla, calabacín)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	10 (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	11 (G) TX ACELGAS ESPARRAGADAS (garbanzos, zanahoria, tomate, pimienta)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 330,77 Prot: 8,69g Hidrat: 41,71g Grasas: 14,45g Sat: 2,86g Azúc: 17,65g Sal: 0,39g	12 (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	13 (G) TX LENTEJAS CON ARROZ (patata, tomate,cebolla, zanahoria, ajo, j.verde) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 357,30 Prot: 13,76g Hidrat: 54,66g Grasas: 8,39g Sat: 2,24g Azúc: 19,24g Sal: 0,33g
16 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	17 (G) TX COCIDO ANDALUZ (apio, garbanzo puerro, zanahoria)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 228,66 Prot: 8,84g Hidrat: 38,63g Grasas: 4,62g Sat: 1,46g Azúc: 19,04g Sal: 0,40g	18 (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimienta, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 347,30 Prot: 13,34g Hidrat: 54,17g Grasas: 8,08g Sat: 2,17g Azúc: 18,47g Sal: 0,51g	19 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata, pimienta, tomate, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 427,50 Prot: 13,53g Hidrat: 60,19g Grasas: 13,12g Sat: 2,91g Azúc: 19,13g Sal: 0,30g	20 (G) CREMA DE CALABAZA CON TERNERA (patata, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 285,10 Prot: 6,69g Hidrat: 36,13g Grasas: 12,71g Sat: 2,78g Azúc: 20,81g Sal: 0,14g
23 (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimienta, cebolla, ajo)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 334,31 Prot: 9,90g Hidrat: 51,62g Grasas: 10,36g Sat: 2,22g Azúc: 18,81g Sal: 0,34g	24 (G) TX VERDURA CON POLLO (patata, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 384,00 Prot: 14,27g Hidrat: 51,28g Grasas: 13,14g Sat: 2,88g Azúc: 20,68g Sal: 0,59g	25 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín)  (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	26 (G) CREMA DE CALABACÍN CON HUEVO (patata, cebolla, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS  Kcal: 420,90 Prot: 13,83g Hidrat: 52,88g Grasas: 16,52g Sat: 4,03g Azúc: 21,23g Sal: 0,14g	27

GLUTEN



HUEVO



PESCADO



MOLUSCO



SOJA



ALTRAMUCES



LECHE



SÉSAMO



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



SULFITOS



CACAHUETE



CRUSTÁCEOS

