

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
12	13	14	1	2
5	6	7	8 (G) SOPA DE ARROZ CON POLLO SIN VERDURA (G) ABADEJO FRITO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 616,32 Prot: 28,68g Hidrat: 88,66g Grasas: 16,24g Sat: 4,03g Azúc: 9,01g Sal: 1,15g	9 (G) MACARRONES CON ACEITE Y ORÉGANO (G) LOMO ADOBADO AL HORNO (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 539,36 Prot: 20,07g Hidrat: 67,63g Grasas: 19,94g Sat: 5,72g Azúc: 9,61g Sal: 2,15g
12 (G) SOPA DE ARROZ CON POLLO SIN VERDURA (G) LOMO ADOBADO AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 584,22 Prot: 23,64g Hidrat: 83,76g Grasas: 17,10g Sat: 5,25g Azúc: 9,23g Sal: 1,89g	13 (G) SOPA DE FIDEOS CON POLLO SIN VERDURA (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 598,25 Prot: 26,13g Hidrat: 78,12g Grasas: 19,13g Sat: 5,46g Azúc: 9,66g Sal: 2,06g	14 (G) MACARRONES CON ACEITE Y ORÉGANO (G) ABADEJO HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 449,66 Prot: 21,97g Hidrat: 61,43g Grasas: 11,87g Sat: 3,74g Azúc: 9,04g Sal: 1,10g	15 (G) CREMA CALABACÍN SIN FRUCTOSA (patata, aceite) (G) POLLO AL HORNO (aceite, laurel, tomillo) (G) PATATAS FRITAS (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 527,15 Prot: 18,31g Hidrat: 66,90g Grasas: 20,11g Sat: 4,53g Azúc: 11,62g Sal: 1,83g	16 (G) PURÉ DE PATATAS (G) ABADEJO HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 400,50 Prot: 18,75g Hidrat: 55,50g Grasas: 10,82g Sat: 3,49g Azúc: 8,58g Sal: 1,08g
19 (G) PURÉ DE PATATAS (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 503,89 Prot: 18,12g Hidrat: 55,78g Grasas: 29,22g Sat: 9,72g Azúc: 8,59g Sal: 1,09g	20 (G) ARROZ COCIDO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 472,10 Prot: 16,65g Hidrat: 69,20g Grasas: 13,92g Sat: 4,55g Azúc: 8,77g Sal: 1,68g	21 (G) SOPA DE FIDEOS CON POLLO SIN VERDURA (G) POLLO SALSA SIN VINO (aceite, laurel, hierbas provenzales) (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 604,53 Prot: 27,56g Hidrat: 84,76g Grasas: 16,41g Sat: 4,47g Azúc: 9,49g Sal: 1,92g	22 (G) MACARRONES CON ACEITE Y ORÉGANO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 514,41 Prot: 19,27g Hidrat: 64,43g Grasas: 18,77g Sat: 5,33g Azúc: 9,27g Sal: 1,70g	23 (G) POTAJE DE ESPINACAS CON GARBANZOS SIN FRUCTOSA (patata) (G) BACALAO AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 426,86 Prot: 22,17g Hidrat: 46,62g Grasas: 17,05g Sat: 4,14g Azúc: 8,09g Sal: 0,94g
26 (G) CREMA CALABACÍN SIN FRUCTOSA (patata, aceite) (G) POLLO SALSA SIN VINO (aceite, laurel, hierbas provenzales) (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 459,53 Prot: 17,78g Hidrat: 61,64g Grasas: 15,15g Sat: 4,09g Azúc: 11,37g Sal: 1,54g	27 (G) PURÉ DE PATATAS (G) MERLUZA HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 441,50 Prot: 18,55g Hidrat: 55,50g Grasas: 15,47g Sat: 4,13g Azúc: 8,58g Sal: 1,08g	28 (G) ARROZ COCIDO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 472,10 Prot: 16,65g Hidrat: 69,20g Grasas: 13,92g Sat: 4,55g Azúc: 8,77g Sal: 1,68g	29 (G) SOPA DE FIDEOS CON POLLO SIN VERDURA (G) LOMO HORNO EN SU SALSA SIN VERDURAS (aceite, ajo, h.provenzales) (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 636,89 Prot: 28,20g Hidrat: 75,40g Grasas: 30,63g Sat: 10,10g Azúc: 9,44g Sal: 1,47g	30 (G) ESPIRALES CON ACEITE Y ORÉGANO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR (G) PAN BLANCO Kcal: 514,41 Prot: 19,27g Hidrat: 64,43g Grasas: 18,77g Sat: 5,33g Azúc: 9,27g Sal: 1,70g