



PRIMERA SEMANA DE OCTUBRE DE 2014

		DIETA BASAL ADULTOS						
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO 09:30	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * BOLLERÍA 318 Kcal.
COMIDA 13:00	*CREMA DE VERDURAS *LENTEJAS CON CHORIZO *SALCHICHAS FRESCAS *QUESO FRESCO *COMPOTA * PAN 693 Kcal.	*SOPA DE FIDEOS O ENSALDA DE PIMIENTOS ASADOS *GARBANZOS CON CARNE Y REPOLLO O CROQUETAS DE JAMÓN *POSTRE LÁCTEO *PAN 820 Kcal.	* ARROZ CON TOMATE O CREMA DE VERDURAS * HUEVO FRITO/ SALCHICHAS O JAMÓN YORK Y TOMATE FRESCO *FRUTA * PAN 699 Kcal.	*MENESTRA RIOJANA * CREMA DE VERDURAS *MINIEMPANADILLAS O *MAGRO EN SALSA *GELATINA * PAN 777 Kcal.	*GUISO DE PATATAS/CARNE O COLIFLOR REHOGADA *POLLO EN SALSA O *QUESO FRESCO POSTRE LÁCTEO * PAN 851 Kcal.	*ENSALADILLA RUSA O PISTO MANCHEGO SAN JACOBO EN SALSA O *ALBÓDIGAS JARDINERA * FRUTA * PAN 672 Kcal.	ENTREMESES DE FIAMBRE * ESPÁRRAGOS MAHONESA * PAELLA MIXTA O BUÑUELOS DE BACALAO *ALMIBAR * PAN 736 Kcal.	
MERIENDA 17:00	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *GALLETAS MARÍA 318 Kcal.	
CENA 20:00	CREMA DE PUERROS O JUDÍAS VERDES *HIGADITOS DE POLLO ENCEBOLLADOS *FIAMBRE CON ENSALADA * FRUTA * PAN 676 Kcal.	*SOPA DE PESCADO O PURÉ DE VERDURAS *PESCADO EN SALSA O JAMÓN SERRANO CON TOMATE NATURAL * FRUTA * PAN 685 Kcal.	* ALCACHOFAS CN JAMÓN O CREMA DE VERDURAS * BOQUERONES FRITOS O QUESO FRESCO CON MENBRILLO *NATILLAS * PAN 683 Kcal.	*SOPA DE COCIDO O CREMA DE VERDURAS *BROCHETAS DE POLLO O SAN JACOBOS * FRUTA * PAN 647 Kcal.	*JUDIAS VERDES REHOG. O CREMA DE VERDURAS *EMPANADILLAS O FIAMBRE CON ENSALADA * FRUTA * PAN 710 Kcal.	*PURÉ DE PATATAS O MENESTRA REHOGADA *MERLUZA A LA ROMANA *QUESO SEMICURADO * YOGURT * PAN 664 Kcal.	* SOPA CASTELLANA O CREMA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS O JAMÓN SERRANO CON TOMATE *FLAN * PAN 647 Kcal.	
TOTAL NUTRIENTES	* HIDRATOS DE CARBONO: 286 * PROTEINAS: 150 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 296 * PROTEINAS: 199 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 149 * LÍPIDOS: 94	* HIDRATOS DE CARBONO: 378 * PROTEINAS: 139 * LÍPIDOS: 68	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 141 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 343 * PROTEINAS: 200 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 348 * PROTEINAS: 190 * LÍPIDOS: 76	



SEGUNDA SEMANA DE OCTUBRE DE 2014

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO 09:30	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.
13:00	* LENTEJAS CON CHORIZO O SOPA DE FIDEOS *SARDINILLAS O VENTRESCA DE ATÚN EN ACEITE CON TOMATE *MANZANA ASADA * PAN 693 Kcal.	* MACARRONES CON TOMATE O ENSALADA DE TOMATES *PALITOS DE MERLUZA O FILETES RUSOS * FRUTA * PAN 820 Kcal.	*SOPA DE FIDEOS DE COCIDO O PURÉ DE PATATAS *GARBANZOS Y CARNE O JAMÓN YORK A LA PLANCHA * FLAN DE HUEVO * PAN 699 Kcal.	*MENESTRA CON COSTILLAS O PURÉ DE VERDURAS *MINIEMPANADILLAS O QUESO CON MENBRILLO * FRUTA * PAN 777 Kcal.	COLIFLOR CON BECHAMEL O *PATATAS ALÍ OLÍ *BONITO CON PIMIENTOS O BUÑUELOS DE BACALAO *POSTRE CREMOSO * PAN 851 Kcal.	*ENSALADA DE ARROZ O ARROZ CON TOMATE *FILETES RUSOS o POLLO ASADO CON PATATAS * FRUTA * PAN 672 Kcal.	* PATATAS CON ALMEJAS O ENSALADA CAMPERA *PESCADO A LA ROMANA O LACÓN A LA GALLEGA *ALMIBAR * PAN 736 Kcal.
17:00	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 438 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.
20:00	*BRÓCOLI REHOGADO O PURÉ DE VERDURAS *SANDWICH DE FIAMBRE O SALCHICHAS FRESCAS AL VINO * FRUTA * PAN 676 Kcal.	* CREMA DE VERDURAS O SOPA DE PICADILLO *PESCADO EN SALSA O CROQUETAS DE JAMÓN ENSALADA *YOGURT * PAN 685 Kcal.	JUDIAS VERDES REHOGADA O PURÉ DE ZANAHORIAS *FIAMBRE O TORTILLA CAMPERA *FRUTA * PAN 683 Kcal.	*SOPA DE POLLO CON ARROZ O O CREMA DE AVE * VARITAS DE MELUZA O *JAMÓN SERRANO *FRUTA * PAN 547 Kcal.	*SOPA DE VERDURAS O PURÉ DE VERDURAS *EMPANADA DE ATÚN O QUESO SEMICURADO Y TOMATE * FRUTA * PAN 710 Kcal.	*ACELGAS REHOGADAS O CREMA DE VERDURAS CROQUETAS O HUEVOS RELLENOS ATÚN * YOGURT * PAN 664 Kcal.	*BERENJENA REBOZADA *CREMA DE CALABACÍN CALAMARES EN SALSA O PALITOS DE MERLUZA * FRUTA * PAN 647 Kcal.
TOTAL NUTRIENTES	* HIDRATOS DE CARBONO: 286 * PROTEINAS: 193 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 296 * PROTEINAS: 191 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 149 * LÍPIDOS: 94	* HIDRATOS DE CARBONO: 378 * PROTEINAS: 139 * LÍPIDOS: 68	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 141 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 343 * PROTEINAS: 187 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 348 * PROTEINAS: 188 * LÍPIDOS: 76



TERCERA SEMANA DE OCTUBRE DE 2014

DIETA BASAL ADULTOS							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO 09:30	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.
COMIDA 13:00	ALUBIAS CON CHORIZO O SOPA DE MARISCO *QUESO FRESCO O SALCHICHAS FRESCAS *COMPOTA * PAN 693 Kcal.	COLIFLOR REBOZADA O SOPA DE VERDURAS * ESTOFADO DE TERNERA. O EMPANADILLAS YOGURT * PAN 820 Kcal.	*MACARRONES C/TOMATE O PURÉ DE VERDURAS FILETES RUSOS O PESCADO A LA ROMANA *FRUTA * PAN 699 Kcal.	*GUISO DE PATATAS CON CARNE * REPOLLO REHOGADO * BACALAO CON TOMATE O QUESO FRESCO CON MEMBRILLO * FRUTA * PAN 777 Kcal.	* CREMA DE VERDURAS *LENTEJAS CON CHORIZO * SARDINILLAS/TOMATE O BUÑUELOS DE BACALAO *POSTRE CREMOSO * PAN 851 Kcal.	*LASAÑA DE CARNE O FIDEGUA DE MARISCO VENTRESCA DE ATÚN O JAMÓN SERRAMO CON TOMATE NATURAL * FRUTA * PAN 672 Kcal.	*SOPA DE MARISCO O ESPÁRRAGOS/MAHON *POLLO ASADO / PATATAS O LOMO EN SALSAS * FRUTA * PAN 736 Kcal.
MERIENDA 17:00	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.
CENA 20:00	*JUDÍAS VERDES O PURÉ DE VERDURAS *POLLO A LA VILLARROY O QUESO FRESCO * FRUTA * PAN 676 Kcal.	* CREMA DE VERDURAS O SOPA DE MARISCO FIAMBRE O TORTILLA DE JAMÓN YORK * FRUTA * PAN 685 Kcal.	MENESTRA REHOGADA O SOPA DE PESCADO QUESO SEMICURADO O CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA * FLAN DE HUEVO * PAN 683 Kcal.	*CREMA DE PATATAS CON PICATOSTES O ENSALADA DE TOMATES SAN JACOBOS O RAGUT DE POLLO * FRUTA * PAN 647 Kcal.	*SOPA DE COCIDO O REVUELTO DE AJETES, GAMBAS Y TRIGUEROS *SALCHICHAS EN SALSAS O EMPANADA DE CARNE * FRUTA * PAN 710 Kcal.	*SOPA CASTELLANA O CREMA DE VERDURAS *PANGA EN SALSAS O QUESO CON MEMBRILLO * YOGURT * PAN 664 Kcal.	*BRÓCOLI REHOGADO O CREMA DE VERDURAS FIAMBRE O LACÓN A LA GALLEGA * FRUTA * PAN 647 Kcal.
TOTAL NUTRIENTES	* HIDRATOS DE CARBONO: 286 * PROTEINAS: 193 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 296 * PROTEINAS: 191 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 149 * LÍPIDOS: 94	* HIDRATOS DE CARBONO: 378 * PROTEINAS: 139 * LÍPIDOS: 68	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 141 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 343 * PROTEINAS: 187 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 348 * PROTEINAS: 288 * LÍPIDOS: 76



CUARTA SEMANA DE OCTUBRE DE 2014

DIETA BASAL ADULTOS							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO 09:30	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.
COMIDA 13:00	* LENTEJAS CON CHORIZO O CREMA DE CHAMPIÑÓN QUESO SEMICURADO O SARDINILLAS C TOMATE *COMPOTA * PAN 693 Kcal.	*PATATAS A LA MARINERA O PURÉ DE PATATAS LACÓN A LA GALLEGA O FIAMBRE FRITOS * FRUTA * PAN 820 Kcal.	*MENESTRA DE VERDURAS CON COSTILLAS O PURÉ DE VERDURAS *EMPANADILLAS O FILETES RUSOS *GELATINA * PAN 699 Kcal.	*JUDÍAS PINTAS CN ARROZ O CREMA DE CALABACIN VENTRESCA DE ATÚN O QUESO CON MEMBRILLO * FRUTA * PAN 777 Kcal.	*COLFLOR REHOGADA O SOPA DE PESCADO MUSLITOS DE POLLO O CALDERETA DE PESCADOS *POSTRE CREMOSO * PAN 851 Kcal.	*CREMA DE PUERROS O PATATAS ALÍ OLÍ PAELLA MIXTA O ARROZ CON POLLO *TARTA HELADA * PAN 672 Kcal.	*MEJILLONES EN SALSA O O SOPA DE COCIDO FIAMBRE O REDONDO DE PAVO CON GUARNICIÓN *ALMIBAR * PAN 736 Kcal.
MERIENDA 17:00	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.
CENA 20:00	* ACELGAS REHOGADAS CON PATATAS O PURÉ DE VERDURAS JAMÓN SERRANO/TOMATE O MUSLITOS DE POLLO EN SALSA * FRUTA * PAN 676 Kcal.	*SOPA DE AVE O PURÉ DE PUERROS *RAGÚT DE POLLO O PESCADO A LA ROMANA * FRUTA * PAN 676 Kcal.	*CREMA DE ZANAHORIAS O SOPA DE VERDURAS *TORTILLA FRANCESA O FIAMBRE * FLAN DE HUEVO * PAN 683 Kcal.	* SOPA DE PESCADO O PURÉ DE VERDURAS EMPANADA DE CARNE O CROQUETAS CON ENSALADA *ALMIBAR * PAN 647 Kcal.	*CREMA DE CALABAZA o ENSALADA COMPLETA BUÑUELOS DE BACALAO O PESCADO HERVIDO CON MAHONESA * FRUTA * PAN 710 Kcal.	*MENESTRA REHOGADA o PURÉ DE VERDURAS *CROQUETAS DE JAMÓN O FIAMBRE: MORTADELA JAMÓN YORK, PAVO * YOGURT * PAN 664 Kcal.	*SOPA DE VERDURAS O PURÉ DE VERDURAS LACÓN CON PATATA O EMPANADA GALLEGA DE ATÚN * FRUTA * PAN 647 Kcal.
TOTAL NUTRIENTE S	* HIDRATOS DE CARBONO: 286 * PROTEINAS: 195 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 296 * PROTEINAS: 200 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 149 * LÍPIDOS: 94	* HIDRATOS DE CARBONO: 378 * PROTEINAS: 239 * LÍPIDOS: 68	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 141 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 343 * PROTEINAS: 1 87 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 348 * PROTEINAS: 280 * LÍPIDOS: 76



QUINTA SEMANA DE OCTUBRE DE 2014

DIETA BASAL ADULTOS							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
DESAYUNO 09:30	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* CAFÉ CON LECHE * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.
COMIDA 13:00	*CREMA DE VERDURAS *LENTEJAS CON CHORIZO *SALCHICHAS FRESCAS *QUESO FRESCO *COMPOTA * PAN 693 Kcal.	* MENESTRA/ COSTILLAS O SOPA DE VERDURAS * SARDINILLAS CON TOMAT O EMPANADILLAS YOGURT * PAN 820 Kcal.	*CREMA DE PATATAS O COLES DE BRUSELAS * CARRILLADA EN SALS A O FIAMBRE *FRUTA * PAN 699 Kcal.	* POTAJE COMPLETO O ENSALADA DE GARBANZO * JAMÓN YORK O QUESO SEMICURADO * FRUTA * PAN 777 Kcal.	*REPOLLO REHOGADO O PURÉ DE VERDURAS *CINTA DE LOMO O VENTRESCA EN ACEITE *POSTRE CREMOSO * PAN 851 Kcal.	*ESPÁRRAGOS MAHONESA O ENSALADILLA *POLLO ASADO /PATATAS JAMÓN YORK A LA PIÑA * FRUTA * PAN 672 Kcal.	* SOPA DE MARISCO O PATATAS MARINERAS *PANGA RELLENA *QUESO CON MEMBRILLO *ALMIBAR * PAN 736 Kcal.
MERIENDA 17:00	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR *BOLLERÍA 318 Kcal.	* LECHE * CAFÉ * AZÚCAR * MERMELADAS * GALLETAS "MARÍA" 318 Kcal.
CENA 20:00	*JUDÍAS VERDES O SOPA DE FIDEOS *CALAMARES EN SALS A FILETES RUSOS EN SALS A * FRUTA PAN 640kcal	* CREMA DE VERDURAS O SOPA DE PESCADO FIAMBRE VARIADO O *HUEVOS FRITOS CON PATATAS * FRUTA PAN 590	*SOPA DE PICADILLO O PURÉ DE VERDURAS PESCADO EN SALS A O POLLO A LA VILLAROY * FLAN DE HUEVO * PAN 605KCAL	* SOPA DE PESCADO O CREMA DE ZANAHORIAS *EMPANADILLAS O TORTILLA FRANCESA * FRUTA * PAN 620KCAL	*MENESTRA REHOGADA O SOPA DE VERDURAS * CROQUETAS DE JAMÓN O JAMÓN SERRANO * FRUTA * PAN 590kcal	*SOPA CASTELLANA O PURÉ DE VERDURAS *PESCADO A LA ROMANA O PALITOS DE MERLUZA * YOGURT * PAN 609kcal	*GUISANTES CON JAMÓN O CREMA DE PUERROS *FIAMBRE SALCHICHAS FRESCAS * FRUTA * PAN 622kcal
TOTAL NUTRIENTE S	* HIDRATOS DE CARBONO: 286 * PROTEINAS: 193 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 296 * PROTEINAS: 191 * LÍPIDOS: 82	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 249 * LÍPIDOS: 94	* HIDRATOS DE CARBONO: 378 * PROTEINAS: 139 * LÍPIDOS: 68	* HIDRATOS DE CARBONO: 299 * PROTEINAS: 141 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 343 * PROTEINAS: 185 * LÍPIDOS: 96	* HIDRATOS DE CARBONO: 348 * PROTEINAS: 205 * LÍPIDOS: 76