

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		DESAYUNO	<p>LECHE CON CACAO (1, 2, 9)</p> <p>PAN TOSTADO CON JAMÓN (1, 15) / PAN TOSTADO CON QUESO (1, 2, 9, 15) (SIN CARNE)</p> <p>376,28 Kcal ; 17,24 Prot ; 9,98 Lip ; 53,8 HC ; 2,28 Sal</p>	DESAYUNO	<p>LECHE CON CACAO (1, 2, 9)</p> <p>GALLETAS 1, 2, 3, 9, 15) / TOSTADAS CON MANTEQUILLA Y MERMELADA (1, 2, 15)</p> <p>421,4 Kcal ; 11,05 Prot ; 11,67 Lip ; 67,48 HC ; 1,44 Sal</p>	DESAYUNO	<p>LECHE CON CACAO (1, 2, 9)</p> <p>PAN TOSTADO CON PAVO (1, 2, 9, 15) / PAN TOSTADO CON QUESO (1, 2, 9, 15) (SIN CARNE)</p> <p>291,86 Kcal ; 13,84 Prot ; 7,37 Lip ; 42,2 HC ; 1,47 Sal</p>	DESAYUNO	<p>CHOCOLATE A LA TAZA (1, 2)</p> <p>PAN TOSTADO (1)</p> <p>441,3 Kcal ; 14,98 Prot ; 14,95 Lip ; 61,35 HC ; 0,77 Sal</p>
		ALMUERZO	<p>FRUTOS SECOS (8)</p> <p>FRUTA FRESCA (-)</p> <p>146,28 Kcal ; 2,63 Prot ; 7,3 Lip ; 15,51 HC ; 0,08 Sal</p>	ALMUERZO	<p>BOCADILLO DE JAMÓN CON TOMATE (1, 15)</p> <p>BOCADILLO DE QUESO (1, 2, 9, 15) (SIN CARNE)</p> <p>277,4 Kcal ; 14,12 Prot ; 8,51 Lip ; 35,28 HC ; 1,94 Sal</p>	ALMUERZO	<p>BOCADILLO DE SALCHICHÓN (1, 2, 9, 15)</p> <p>BOCADILLO DE TORTILLA FRANCESA (1, 3) (SIN CARNE)</p> <p>331,37 Kcal ; 12,51 Prot ; 15,03 Lip ; 35,72 HC ; 1,61 Sal</p>	ALMUERZO	<p>FRUTA FRESCA (-)</p> <p>67,63 Kcal ; 0,75 Prot ; 0,08 Lip ; 14,52 HC ; 0,07 Sal</p>
COMIDA	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE (15)</p> <p>CALAMARES A LA ANDALUZA (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 15)</p> <p>GELATINA (1, 2, 3, 8, 9, 15) Y PAN (1)</p> <p>577,04 Kcal ; 27,2 Prot ; 21,45 Lip ; 65,52 HC ; 2,63 Sal</p>	COMIDA	<p>JUDÍAS VERDES CON PATATA</p> <p>MUSLOS DE POLLO AL HORNO (-) / EMPANADILLAS DE ATÚN (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 15) (SIN CARNE)</p> <p>FRUTA (-) Y PAN (1)</p> <p>560,25 Kcal ; 35,72 Prot ; 20,04 Lip ; 53,24 HC ; 1,43 Sal</p>	COMIDA	<p>BOCADILLO DE LOMO, QUESO Y TOMATE (1, 2, 3, 9) / BOCADILLO VEGETAL (1, 2, 3, 4, 9) (SIN CARNE)</p> <p>FRUTA (-)</p> <p>370,98 Kcal ; 11,61 Prot ; 12,94 Lip ; 49,75 HC ; 1,84 Sal</p>	COMIDA	<p>LENTEJAS CON VERDURAS (1)</p> <p>MERLUZA EN SALSA (1, 4, 5, 6)</p> <p>FRUTA (-) Y PAN (1)</p> <p>523,52 Kcal ; 28,21 Prot ; 10,43 Lip ; 70,97 HC ; 1,74 Sal</p>	COMIDA	<p>ENSALADA MIXTA (4, 15)</p> <p>FIDEUÁ DE PESCADO (4, 5, 6, 14, 15)</p> <p>YOGUR (2) Y PAN (1)</p> <p>548,08 Kcal ; 23,03 Prot ; 18,64 Lip ; 68,07 HC ; 1,96 Sal</p>
MERIENDA	<p>BOCADILLO DE CREMA DE CACAO (1, 2, 8, 9)</p> <p>276,2 Kcal ; 5,78 Prot ; 7,1 Lip ; 46,46 HC ; 0,84 Sal</p>	MERIENDA	<p>BOCADILLO DE ATÚN (1, 4, 15)</p> <p>279,21 Kcal ; 10,35 Prot ; 1,69 Lip ; 35,18 HC ; 1,37 Sal</p>	MERIENDA	<p>FRUTOS SECOS (8)</p> <p>YOGUR BEBIDO (2)</p> <p>109,65 Kcal ; 4,68 Prot ; 7,62 Lip ; 4,99 HC ; 0,01 Sal</p>	MERIENDA	<p>FRUTOS SECOS (8)</p> <p>FRUTA FRESCA (-)</p> <p>146,28 Kcal ; 2,63 Prot ; 7,3 Lip ; 15,51 HC ; 0,08 Sal</p>		
CENA	<p>CREMA DE VERDURAS (-)</p> <p>PANINI CASERO (1, 2, 3, 9)</p> <p>FRUTA (-) Y PAN (1)</p> <p>648,02 Kcal ; 20,32 Prot ; 16,11 Lip ; 98,33 HC ; 2,93 Sal</p>	CENA	<p>SOPA DE VERDURAS (1, 9, 11, 12, 14)</p> <p>SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA (4, 15)</p> <p>YOGUR (2) Y PAN (1)</p> <p>388,69 Kcal ; 20,87 Prot ; 5,28 Lip ; 59,8 HC ; 1,68 Sal</p>	CENA	<p>MENESTRA DE VERDURAS CON PATATA (14)</p> <p>TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)</p> <p>FRUTA (-) Y PAN (1)</p> <p>529,41 Kcal ; 17,22 Prot ; 16,27 Lip ; 72,3 HC ; 3,463 Sal</p>	CENA	<p>HAMBURGUESA COMPLETA CON PATATAS FRITAS (1, 2, 3, 9, 10, 15)</p> <p>FRUTA (-)</p> <p>801,73 Kcal ; 29,53 Prot ; 25,24 Lip ; 89,74 HC ; 3,94 Sal</p>	<p>ALÉRGENOS:</p> <p>1 CEREALES CON GLUTEN Y PRODUCTOS DERIVADOS, 2 LECHE Y SUS DERIVADOS, 3 HUEVO Y DERIVADOS, 4 PESCADO Y DERIVADOS, 5 MOLUSCOS Y DERIVADOS, 6 CRUSTACEOS Y DERIVADOS, 7 CACAHUETES Y DERIVADOS, 8 FRUTOS DE CÁSCARA, 9 SOJA Y DERIVADOS, 10 SÉSAMO Y DERIVADOS, 11 MOSTAZA Y DERIVADOS, 12 APIO Y DERIVADOS, 13 ALTRAMUCES Y DERIVADOS, 14 LEGUMBRE Y LEGUMINOSAS, 15 ANHÍDRIDO SULFUROSO Y SULFITOS</p>	

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.

