



ENERO 2025



Cálculo nutricional: Escuela Lycée Français BEL AIR

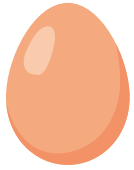
Lunes - Monday

Martes - Tuesday

Miércoles - Wednesday

Jueves - Thursday

Viernes - Friday



¿Sabías que los huevos son fuente de aminoácidos, energía, oligoelementos esenciales y vitaminas? Incorporar el huevo a la dieta es muy beneficioso para la salud. (Fuente: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)).

1
¡Feliz año nuevo!

2
Festivo

3
Festivo



6
Día de Reyes

7
Kcal: 668.96
Prot: 34.31
Líp: 24.68
HC: 77.40

8
Kcal: 883.21
Prot: 38.95
Líp: 39.73
HC: 92.46

9
Kcal: 652.13
Prot: 29.79
Líp: 27.09
HC: 71.54

10
Kcal: 801.33
Prot: 33.90
Líp: 25.05
HC: 87.57



13
Kcal: 605.64
Prot: 26.47
Líp: 24.24
HC: 70.40

14
Kcal: 809.64
Prot: 29.11
Líp: 37.01
HC: 90.03

15
Kcal: 692.45
Prot: 25.65
Líp: 31.29
HC: 76.76

16
Kcal: 779.15
Prot: 32.67
Líp: 24.31
HC: 107.42

17
Kcal: 694.04
Prot: 19.03
Líp: 25.12
HC: 98.21



20
Kcal: 659.18
Prot: 23.84
Líp: 21.62
HC: 92.31

21
Kcal: 649.30
Prot: 14.89
Líp: 37.26
HC: 63.60

22
Kcal: 714.62
Prot: 31.99
Líp: 26.26
HC: 87.58

23
Kcal: 608.50
Prot: 20.72
Líp: 29.82
HC: 64.31

24
Kcal: 822.42
Prot: 32.73
Líp: 35.22
HC: 93.63



27
Kcal: 878.83
Prot: 26.96
Líp: 40.71
HC: 101.15

28
Kcal: 690.60
Prot: 39.54
Líp: 28.40
HC: 28.40

29
Kcal: 669.31
Prot: 24.41
Líp: 21.71
HC: 94.07

30
Kcal: 674.34
Prot: 22.98
Líp: 33.10
HC: 71.13

31
Kcal: 812.52
Prot: 28.98
Líp: 36.36
HC: 92.34



Kcal
Prot: proteínas
Líp: lípidos
HC: hidratos de carbono

Estamos trabajando conjuntamente con la consultoría nutricional CESNUT NUTRICIÓN para poder ofrecer la máxima calidad dietética en todas las programaciones de nuestros menús. Por cualquier duda dietética sobre el menú podéis contactar con el equipo de dietistas-nutricionistas a info@cesnut.com

Programación dietética supervisada por Roser Montané, directora de Cesnut, n.º colegiada CAT0681.

