



Lunes - Monday

3

Martes - Tuesday

4

Miércoles - Wednesday

5

Jueves - Thursday

6

Viernes - Friday

7

Vacaciones de Carnaval

Kcal: 917,36
Prot: 25,58
Líp: 47,84
HC: 96,12

Kcal: 578,02
Prot: 29,00
Líp: 17,02
HC: 77,21

10

Kcal: 674,10
Prot: 20,67
Líp: 36,38
HC: 66,00

11

Kcal: 854,32
Prot: 37,87
Líp: 36,16
HC: 94,05

12

Kcal: 905,80
Prot: 42,33
Líp: 42,80
HC: 87,82

13

Kcal: 761,83
Prot: 32,19
Líp: 30,43
HC: 89,80

14

Kcal: 694,04
Prot: 19,03
Líp: 25,12
HC: 98,21

17

Kcal: 661,43
Prot: 23,90
Líp: 21,63
HC: 92,79

18

Kcal: 837,57
Prot: 27,89
Líp: 39,17
HC: 93,37

19

Kcal: 840,73
Prot: 35,15
Líp: 39,49
HC: 85,43

20

Kcal: 831,54
Prot: 41,86
Líp: 33,95
HC: 89,64

21

Kcal: 573,98
Prot: 27,29
Líp: 22,02
HC: 66,66

24

Kcal: 726,77
Prot: 17,48
Líp: 34,49
HC: 86,61

25

Kcal: 735,24
Prot: 29,97
Líp: 33,24
HC: 79,05

26

Kcal: 695,38
Prot: 24,67
Líp: 34,42
HC: 71,73

27

Kcal: 543,77
Prot: 22,80
Líp: 21,33
HC: 65,15

28

Kcal: 847,60
Prot: 24,70
Líp: 38,48
HC: 100,62

31

Kcal: 687,14
Prot: 28,04
Líp: 23,38
HC: 91,14



¿Sabías que con la ingesta de aproximadamente 6 fresas al día se cubriría el 100% de ingesta recomendada diaria de vitamina C? Las fresas pertenecen al grupo de frutos rojos, siendo de gran interés por su composición nutricional. (Fuente: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)).



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

Estamos trabajando conjuntamente con la consultoría nutricional CESNUT NUTRICIÓN para poderos 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, nº colegiada CATO681.

