

Lunes - Monday

Martes - Tuesday

Miércoles - Wednesday

Jueves - Thursday

Viernes - Friday

*¡Bienvenidos y bienvenidas  
al nuevo curso!*



3

Kcal: 781,97  
Prot: 16,75  
Líp: 36,45  
HC: 96,73

4

Kcal: 728,44  
Prot: 36,15  
Líp: 23,04  
HC: 94,12

5

Kcal: 679,11  
Prot: 25,66  
Líp: 30,23  
HC: 75,80

8

Kcal: 731,53  
Prot: 26,06  
Líp: 36,73  
HC: 74,18

9

Kcal: 827,57  
Prot: 39,01  
Líp: 41,65  
HC: 74,17

10

Kcal: 628,47  
Prot: 29,68  
Líp: 27,71  
HC: 65,34

11

*Festivo*

12

Kcal: 806,22  
Prot: 28,66  
Líp: 34,06  
HC: 96,26

15

Kcal: 749,34  
Prot: 22,35  
Líp: 44,14  
HC: 65,67

16

Kcal: 721,92  
Prot: 34,32  
Líp: 27,00  
HC: 85,41

17

Kcal: 791,51  
Prot: 35,26  
Líp: 33,68  
HC: 86,84

18

Kcal: 834,37  
Prot: 14,36  
Líp: 34,33  
HC: 116,99

19

Kcal: 695,15  
Prot: 32,06  
Líp: 25,07  
HC: 85,32

22

Kcal: 806,37  
Prot: 29,40  
Líp: 34,65  
HC: 94,23

23

Kcal: 670,95  
Prot: 16,16  
Líp: 38,31  
HC: 65,38

24

Kcal: 680,25  
Prot: 31,52  
Líp: 26,21  
HC: 78,82

25

Kcal: 777,83  
Prot: 35,88  
Líp: 30,35  
HC: 90,29

26

Kcal: 758,51  
Prot: 25,55  
Líp: 22,71  
HC: 112,98

29

Kcal: 663,41  
Prot: 21,71  
Líp: 33,17  
HC: 69,51

30

Kcal: 659,16  
Prot: 35,77  
Líp: 27,40  
HC: 67,37



¿Sabías que los frutos secos son una fuente concentrada de nutrientes esenciales, incluyendo proteínas, grasas saludables, fibra, vitaminas y minerales?



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](mailto:info@cesnut.com)

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

