

Lunes - Monday

1

Kcal: 836,87
Prot: 31,89
Líp: 37,19
HC: 93,65

Martes - Tuesday

2

Kcal: 784,62
Prot: 34,79
Líp: 40,82
HC: 69,53

Miércoles - Wednesday

3

Kcal: 744,39
Prot: 22,56
Líp: 22,35
HC: 113,25

Jueves - Thursday

4

Kcal: 808,07
Prot: 28,24
Líp: 33,07
HC: 99,37

Viernes - Friday

5

Kcal: 777,82
Prot: 22,55
Líp: 41,42
HC: 78,71

8

Kcal: 720,81
Prot: 30,82
Líp: 27,21
HC: 87,41

9

Kcal: 714,68
Prot: 27,62
Líp: 22,68
HC: 100,02

10

Kcal: 879,90
Prot: 27,06
Líp: 35,54
HC: 112,95

11

Kcal: 855,18
Prot: 20,91
Líp: 39,90
HC: 103,11

12

Kcal: 803,31
Prot: 18,13
Líp: 56,31
HC: 56,00

15

Kcal: 913,93
Prot: 25,05
Líp: 40,57
HC: 112,15

16

Kcal: 820,48
Prot: 38,48
Líp: 40,16
HC: 76,29

17

Kcal: 788,52
Prot: 30,02
Líp: 30,40
HC: 98,71

18

Kcal: 802,56
Prot: 32,20
Líp: 31,44
HC: 97,70

19

Kcal: 713,60
Prot: 22,20
Líp: 33,56
HC: 80,69

22

Kcal: 745,75
Prot: 28,36
Líp: 21,67
HC: 109,32

23

Kcal: 843,65
Prot: 41,34
Líp: 34,02
HC: 93,03

24

Festivo

25

Kcal: 827,55
Prot: 32,77
Líp: 34,11
HC: 97,37

26

Kcal: 628,81
Prot: 18,56
Líp: 28,85
HC: 73,01

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



El tomate es un alimento básico en nuestra gastronomía, presente en una gran variedad de preparaciones y que nos acompaña en todas las estaciones del año. Uno de estos platos típicos de verano es el gazpacho, una sopa de tomate y hortalizas de temporada, rica en micronutrientes y que contribuye a la hidratación, ideal por los días calurosos de verano

