



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Aporte medio semanal



Conoce muchas recetas muy fáciles de cocinar para que las puedas hacer con tu hijo en:

www.elgustodecrecer.es

Conoce muchas recetas muy fáciles de cocinar para que las puedas hacer con tu hijo en: www.elgustodecrecer.es						
			1 PATATAS GUIADAS ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	2 SOPA PICADILLO VARITAS MERLUZA CON ENSALADA YOGUR PAN	KCAL:	634,71
					Hidratos (g)	51,76%
					Lípidos (g)	33,93%
					Proteínas (g)	14,09%
5 LENTEJAS LOMO SALSA CON JUDÍAS VERDES FRUTA PAN	6 CREMA VERDURA POLLO ASADO CON PATATAS YOGUR PAN	7 CODITOS CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA PAN	8 ALUBIAS BLANCAS A LA ANDALUZA CROQUETAS CON ENSALADA FRUTA PAN	9 ENSALADA DE PASTA LENGUADO EN SALSA CON PATATAS PANADERAS YOGUR PAN	KCAL:	618,38
					Hidratos (g)	54,81%
					Lípidos (g)	31,40%
					Proteínas (g)	15,39%
12 FESTIVO	13 LENTEJAS VARITAS MERLUZA CON ENSALADA YOGUR PAN	14 CREMA CALABAZA HAMBURGUESA CON ENSALADA FRUTA PAN	15 PIZZA PECHUGA EMPANADA CON ENSALADA ZUMO COPA CHOCOLATE NATA PAN	16 SOPA DE PICADILLO MERLUZA EN SALSA CON JUDIAS VERDES YOGUR PAN	KCAL:	623,09
					Hidratos (g)	52,62%
					Lípidos (g)	32,75%
					Proteínas (g)	14,39%
19 CREMA VERDURA SALCHICHAS CON PATATAS PANADERAS FRUTA PAN	20 GARBANZOS ESTOFADOS LENGUADO EN SALSA CON JUDÍAS VERDES YOGUR PAN	21 SOPA DE ESTRELLITAS CINTA DE LOMO ENSALADA MIXTA FRUTA PAN	22 PATATAS CON CHOCO CARNE MECHADA CON PISTO FRUTA PAN	23 MACARRONES CON TOMATE EMPANADILLAS CON ENSALADA YOGUR PAN	KCAL:	627,16
					Hidratos (g)	51,79%
					Lípidos (g)	33,56%
					Proteínas (g)	14,54%
26 LENTEJAS TORTILLA PATATAS CON ENSALADA FRUTA YOGUR	27 CANELONES CROQUETAS CON ENSALADA YOGUR PAN	28 SOPA FIDEOS POLLO AL AJILLO CON JUDÍAS VERDES FRUTA PAN	29 CREMA CALABAZA ALBÓNDIGAS CON PATATAS FRUTA PAN	30 ARROZ CON TOMATE CALAMARES ROMANA CON ENSALADA YOGUR PAN	KCAL:	636,9
					Hidratos (g)	53,69%
					Lípidos (g)	31,78%
					Proteínas (g)	14,15%