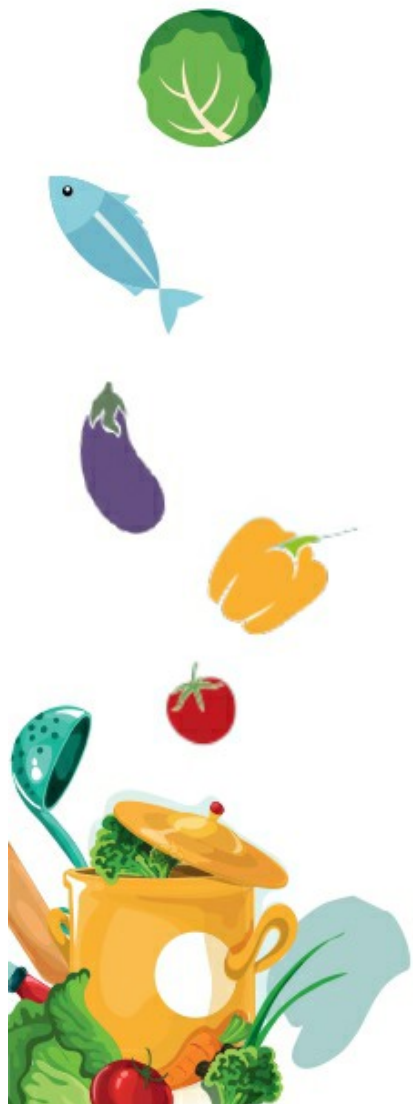


| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|--|--|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | - Puré de verduras variadas - Yogur natural | |



Kcal: Energía Kcal / HC: Hidratos de carbono gr. / Lip: Lípidos gr. / Prot: Proteínas gr.



ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA SUGERENCIA PARA LA CENA

| | | |
|---------------------------------|---|--|
| Arroz, pasta, patata o legumbre | → | Verduras u hortalizas crudas o cocinadas |
| Verduras | → | Arroz, pasta o patata |
| Carnes | → | Pescados o huevo |
| Pescados | → | Carne o huevo |
| Huevo | → | Pescado o carne |
| Fruta | → | Lácteo o fruta |
| Lácteo | → | Fruta |