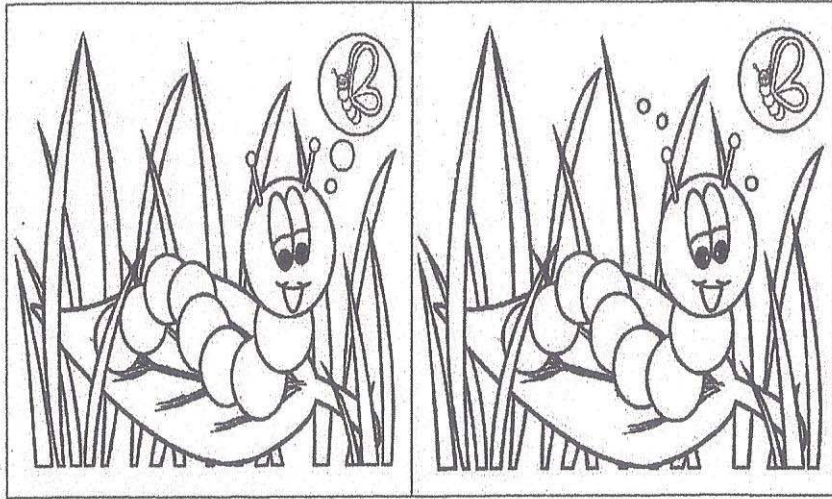


Encuentra las 5 diferencias



Menú semana 05/03/18-09/03/18

Lunes 05	Martes 06	Miércoles 07	Jueves 08	Viernes 09
Pastel de patata con verdura	Fideos con costilla	Sopa de pollo	Garbanzos al curry	Arroz con anillas
Bacalao en salsa de tomate	Pechuga de pollo empanada con avena y ensalada	Libritos de lomo con tomate en aliño	Huevos escalfados y ensalada	Albóndigas de merluza con guisantes
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt	Fruta
Energía: 726 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 37gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 736 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 43gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 730 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 728 kcal. Grasas: 27gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 49gr	Energía: 732 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 97gr

Menú semana 12/03/18-16/03/18

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
Tallarines con nata y nueces	Judías blancas estofadas	Crema de verduras	Brócoli con patatas	Arroz con tomate
Roti de pavo con ensalada	Buñuelos de bacalao y ensalada	Cabezada de cerdo a la plancha con ensalada	Pollo con vinagre de miel	Emperador en salsa de limón
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Bizcocho de chocolate
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Energía: 736 kcal. Grasas: 36gr. Proteínas: 43gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 718 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 725 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 722 kcal. Grasas: 27gr. Proteínas: 37gr. Hidratos de carbono: 92gr	Energía: 730 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 98gr

Si has comido ..., debes cenar

	Comida	Cena
1º Plato	Pasta, arroz, legumbres	Verdura, puré de verduras, ensalada
	Verduras	Sopa, ensalada de pasta, arroz, patata
2º Plato	Carne	Pescado o huevo
	Pescado	Carne o pescado
	Huevo	Carne o pescado
Guarnición	Verdura	Verdura o patata
	Patata	Verdura
Postre	Lácteo	Fruta
	Fruta	Lácteo



## Menú semana 19/03/18-23/03/18

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Espirales salteados con judías verdes y bacon	Sopa de pescado	Acelgas con patata	Paella	Lentejas castellana
Ventresca de atún con ensalada	Albóndigas de ternera con guisantes	Cinta de lomo en salsa de ciruelas	Hamburguesa de pavo con ensalada	Tortilla de patata con ensalada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt	Fruta
Energía: 726 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 730 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 734 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 726 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 740 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 97gr

## Menú semana 26/03/18-28/03/18

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28
Crema de calabacín	Garbanzos en salseta	Arroz 3 delicias
Pollo asado con champiñones	Pizza con ensalada	Escalopa de ternera con ensalada
Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 736 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 725 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 92gr	Energía: 742 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 99gr

