

Régimen No Kiwi

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03 04 05 06 07

10 11 12 13 14

17 18 19 20 21

24 25 26 27 28

Kcal 524
Lip. 16 P. 17
H.C. 78

- Sopa de lluvia
- Albóndigas de pollo y cerdo en salsa
- Fruta
- Pan

Kcal 488
Lip. 13 P. 30
H.C. 62

- Garbanzos
- Bacalao romana con limón
- Yogurt natural
- Pan

Kcal 389
Lip. 11 P. 9
H.C. 64

- Puré de verdura
- Tortilla de patata
- Fruta
- Pan

Kcal 549
Lip. 23 P. 13
H.C. 71

- Porrusalda
- Empanadillas de atún con lechuga
- Yogurt natural
- Pan

Kcal 565
Lip. 12 P. 31
H.C. 80

- Tallarines con tomate
- Estofado de pollo
- Yogurt natural azucarado
- Pan



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