
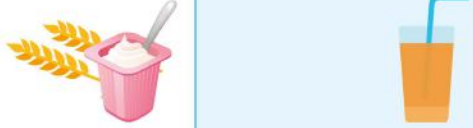


































	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ½ vaso de leche</li> <li>• 2 rebanadas de pan con mermelada</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur con cereales de desayuno (30 g)</li> <li>• Zumo de naranja</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de melocotón</li> <li>• 2 rebanadas de pan con queso fresco</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con ½ vaso de leche</li> <li>• Cereales de desayuno (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 infusión</li> <li>• 2 rebanadas de pan con tomate triturado y aceite de oliva*</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de naranja</li> <li>• 2 rebanadas de pan con queso fresco (75 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Café con ½ vaso de leche</li> <li>• Cereales de desayuno (30 g)</li> </ul> 
MEDIA MAÑANA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 manzana</li> <li>• 5 galletas María</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 plátano</li> <li>• 2 rebanadas de pan con membrillo</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 pera</li> <li>• 5 galletas María</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de naranja</li> <li>• 2 rebanadas de pan con aceite de oliva*</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur con cereales de desayuno (30 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 manzana</li> <li>• 5 galletas María</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de melocotón</li> <li>• 2 rebanadas de pan con mermelada (20 g)</li> </ul> 
COMIDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de calabacín (200 g) con patata (100 g) y arroz (80 g)</li> <li>• 1 plátano</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones (100 g) con champiñones (10 g)</li> <li>• 1 manzana</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Albóndigas (100 g) con pisto (100 g) y arroz (80 g)</li> <li>• 2 kiwis</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz (80 g) con menestra (200 g) de verduras</li> <li>• 1 pera</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentejas (100 g) con patata (100 g) y pimiento (50 g)</li> <li>• 1 manzana</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones (100 g) con tomate frito y calabacín (50 g)</li> <li>• 1 plátano</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pollo (80 g) con cebolla y tomate al horno (50 g)</li> <li>• Arroz blanco (100 g)</li> <li>• 2 kiwis</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 
MERIENDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de naranja</li> <li>• 2 rebanadas de pan con aceite de oliva*</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de tomate</li> <li>• 5 galletas María</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 infusión</li> <li>• 2 rebanadas de pan con tomate triturado y aceite de oliva*</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 plátano</li> <li>• 5 galletas María</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macedonia de pera y kiwi (200 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infusión</li> <li>• 1 trozo bizcocho casero</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zumo de zanahoria</li> <li>• 5 galletas María</li> </ul> 
CENA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tortilla francesa de 1 huevo con zanahoria rehogada (100 g)</li> <li>• 1 pera</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Filete de emperador (100 g) al horno con patata cocida (100 g) y pimiento rojo (80 g)</li> <li>• 1 yogur</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Judías verdes (200 g) con patatas (200 g)</li> <li>• Zumo de manzana</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de calabaza (200 g) con huevo duro</li> <li>• Pan (40 g) con membrillo</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de fideos (40 g)</li> <li>• Ensalada de tomate (150 g)</li> <li>• 1 yogur</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lengüado (125 g) a la plancha con guisantes (100 g)</li> <li>• Pan (40 g) con membrillo</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acelgas (200 g) con patata (150 g)</li> <li>• 1 pera</li> <li>• Pan (40 g)</li> </ul> 