

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa 3 biscotes con membrillo 	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa 5 galletas María 	<ul style="list-style-type: none"> Manzana asada Montado de jamón york 	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa Tostas con miel 	<ul style="list-style-type: none"> Queso fresco (75 g) con membrillo 3 biscotes 	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa Bizcocho casero 	<ul style="list-style-type: none"> Yogur líquido Pan (40 g) con miel (10 g)
MEDIA MAÑANA	<ul style="list-style-type: none"> 1 yogur natural 5 galletas María 	<ul style="list-style-type: none"> 1 plátano 	<ul style="list-style-type: none"> Queso fresco (75 g) con membrillo 	<ul style="list-style-type: none"> Zumo de zanahoria (200 ml) Montado de jamón serrano 	<ul style="list-style-type: none"> 1 plátano 	<ul style="list-style-type: none"> 1 yogur 	<ul style="list-style-type: none"> 3 biscotes con pavo
COMIDA	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de arroz y zanahoria (100 g) Gallo a la plancha (100 g) Pan (40g) 1 plátano 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta (100 g) con carne picada de pollo (80 g) Pan (40 g) Melocotón en almíbar 	<ul style="list-style-type: none"> Patatas hervidas (100 g) Merluza a la plancha (100 g) Pan (40 g) 1 pera 	<ul style="list-style-type: none"> Pollo (80 g) con puré de patata y manzana (80 g) Pan (40 g) 1 yogur natural 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz (100 g) con limón Filete de pavo a la plancha (80 g) Pan (40 g) Pera al horno 	<ul style="list-style-type: none"> Puré de patata y zanahoria (100 g) Bacalao fresco al horno Pan (40 g) Melocotón en almíbar 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz caldoso (50 g) con lubina (50 g) Pan (40 g) Compota de pera
MERIENDA	<ul style="list-style-type: none"> Compota de manzana 	<ul style="list-style-type: none"> Batido de plátano con yogur 	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa 5 galletas María 	<ul style="list-style-type: none"> Zumo de zanahoria 	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa Montado de jamón york 	<ul style="list-style-type: none"> 1 manzana 	<ul style="list-style-type: none"> Batido de plátano con yogur
CENA	<ul style="list-style-type: none"> Pastel de calabacín y jamón york (100 g) Pan (40 g) 1 pera 	<ul style="list-style-type: none"> Muslo de pavo asado (50 g) con calabacín y patata asada (100 g) Pan (40 g) 1 manzana 	<ul style="list-style-type: none"> Tortilla de patata y calabacín (50 g) Pan (40 g) 1 yogur natural 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de zanahoria (100 g) Lomo de dorada a la plancha (100 g) Pan (40 g) 1 pera 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabaza (100 g) Papillote de rodaballo (80 g) Pan (40 g) 1 manzana 	<ul style="list-style-type: none"> Pudding de calabaza (100 g) Montado de jamón serrano 1 plátano Pan (40 g) 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín (100 g) Filete de pollo (80 g) a la plancha Pan (40 g) 1 pera
RESOPÓN	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa 	<ul style="list-style-type: none"> 1 yogur natural 	<ul style="list-style-type: none"> 1 plátano 	<ul style="list-style-type: none"> Zumo de manzana 	<ul style="list-style-type: none"> 1 yogur 	<ul style="list-style-type: none"> Vaso de leche sin lactosa 	<ul style="list-style-type: none"> 5 galletas María