



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**DÍA 1**

FESTIVO

**DÍA 2**

FESTIVO

**DÍA 5**

- Turmix de huevo con patatas y verduras
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 843 H. Carb.: 99 g Prot.: 23 g Lip.: 35 g

**DÍA 6**

- Turmix de pescado blanco con pasta, verduras y acelgas
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Natillas y pan (Basal)

Kcal: 756 H. Carb.: 88 g Prot.: 32 g Lip.: 28 g

**DÍA 7**

- Turmix de ternera con garbanzos, verduras y repollo
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 815 H. Carb.: 101 g Prot.: 29 g Lip.: 30 g

**DÍA 8**

- Turmix de cerdo con patatas, verduras y coliflor
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 839 H. Carb.: 98 g Prot.: 32 g Lip.: 31 g

**DÍA 9**

- Turmix de pavo con lentejas, verduras y guisantes
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Yogur y pan (Basal)

Kcal: 723 H. Carb.: 80 g Prot.: 41 g Lip.: 23 g

**DÍA 12**

- Turmix de pollo con patatas, verduras y judías verdes
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 829 H. Carb.: 98 g Prot.: 32 g Lip.: 30 g

**DÍA 13**

- Turmix de ternera con arroz y verduras
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 815 H. Carb.: 100 g Prot.: 29 g Lip.: 30 g

**DÍA 14**

- Turmix de huevo con alubias y verduras
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Yogur (basal) y pan (30 g)

Kcal: 775 H. Carb.: 81 g Prot.: 30 g Lip.: 33 g

**DÍA 15**

- Turmix de pollo con pasta y verduras
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 827 H. Carb.: 98 g Prot.: 32 g Lip.: 30 g

**DÍA 16**

- Turmix de pescado blanco con garbanzos, verduras y zanahoria
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Yogur (basal) y pan (30 g)

Kcal: 708 H. Carb.: 82 g Prot.: 33 g Lip.: 24 g

**DÍA 19**

- Turmix de huevo con patatas, verduras y zanahoria
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 843 H. Carb.: 99 g Prot.: 23 g Lip.: 35 g

**DÍA 20**

- Turmix de pescado blanco con lentejas y verduras
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Yogur y pan (Basal)

Kcal: 700 H. Carb.: 82 g Prot.: 34 g Lip.: 23 g

**DÍA 21**

- Turmix de pollo con patatas, verduras y lombarda
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 826 H. Carb.: 98 g Prot.: 32 g Lip.: 30 g

**DÍA 22**

- Turmix de pescado blanco con arroz, verduras y judías verdes
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 809 H. Carb.: 100 g Prot.: 26 g Lip.: 30 g

**DÍA 23**

- Turmix de pavo con garbanzos, verduras y repollo
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Yogur y pan (Basal)

Kcal: 735 H. Carb.: 82 g Prot.: 40 g Lip.: 24 g

**DÍA 26**

- Turmix de pescado blanco con pasta, verduras y guisantes
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 824 H. Carb.: 99 g Prot.: 29 g Lip.: 31 g

**DÍA 27**

- Turmix de huevo con alubias y verduras
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 827 H. Carb.: 91 g Prot.: 25 g Lip.: 36 g

**DÍA 28**

- Turmix de cerdo con patatas y verduras
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (\*) Yogur (Basal) y pan

Kcal: 787 H. Carb.: 88 g Prot.: 36 g Lip.: 29 g

**DÍA 29**

- Turmix de pollo con arroz, verduras y coliflor
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 824 H. Carb.: 98 g Prot.: 31 g Lip.: 30 g

**DÍA 30**

- Turmix de ternera con patatas y zanahorias
- Gelatina sin azúcar y pan (Diabético)
- (\*) Gelatina y pan

Kcal: 640 H. Carb.: 94 g Prot.: 32 g Lip.: 31 g

