



## LUNES

Batido de  
yogur y  
plátano  
Galletas  
(4 ud.)

## MARTES

Queso en  
porciones (1ud)  
Pan  
jamón cocido  
(1 loncha)  
Zumo de  
naranja

## MIÉRCOLES

Leche  
Bizcocho  
casero

## JUEVES

Bocadillo  
de pavo  
y zumo

## VIERNES

Leche  
Plátano  
Galletas  
(4 ud.)

### VALORACION NUTRICIONAL

|                   | 310  | 210  | 276  | 204  | 218  |
|-------------------|------|------|------|------|------|
| Kilocalorías*     | 310  | 210  | 276  | 204  | 218  |
| Proteínas (g)     | 4.6  | 7.9  | 6.7  | 12.4 | 5.5  |
| Carbohidratos (g) | 44.4 | 21.4 | 33.7 | 26.8 | 31.3 |
| Lípidos (g)       | 12.3 | 7.5  | 12.5 | 4.9  | 7.3  |

\*20% de la Energía diaria recomendada

# MERIENDA MAYORES