

4ª SEMANA

<p>LUNES</p> <p>Sopa de estrellas/puntos Sanjacobito con ensalada Pan de trigo blanco Fruta y zumo</p>	<p>Kcal.755 Prot. 15% Lip. 24% HC. 61%</p>
<p>MARTES</p> <p>Lentejas con arroz Pechuga empanada Ensalada Pan de trigo blanco Fruta y yogurt natural</p>	<p>Kcal.811 Prot. 13% Lip. 29% HC. 58%</p>
<p>MIÉRCOLES</p> <p>Espaguetis con tomate frito Jamón york a la plancha Ensalada Pan de trigo blanco Fruta y zumo</p>	<p>Kcal.764 Prot. 13% Lip. 33% HC. 53%</p>
<p>JUEVES</p> <p>Sopa de marisco Salchichas de magro Patatas fritas y ensalada Pan de trigo blanco Melocotón en almíbar</p>	<p>Kcal.683 Prot. 13% Lip. 27% HC. 60%</p>
<p>VIERNES</p> <p>Arroz a la cubana Huevo frito y tomate frito Ensalada Pan de trigo blanco Fruta y Natillas</p>	<p>Kcal.832 Prot. 11% Lip. 28% HC. 61%</p>

Kcal.- energía en Kilocalorías

Prot. – Proteínas (g)

Lip.- Lípidos (g)

HC.- Hidratos de carbono (g)