



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DÍA 1

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

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

DÍA 8

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

Kcal: 808 H. Carb.: 98 g Prot.: 27 g Lip.: 31 g

DÍA 15

- 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 22

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

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

DÍA 29

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

Kcal: 805 H. Carb.: 97 g Prot.: 27 g Lip.: 31 g

DÍA 2

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

Kcal: 834 H. Carb.: 91 g Prot.: 27 g Lip.: 37 g

DÍA 9

- Turmix de pollo con lentejas, verduras y calabaza
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (*) Yogur (Basal) y pan

Kcal: 764 H. Carb.: 82 g Prot.: 39 g Lip.: 28 g

DÍA 16

- Turmix de pollo con patatas y zanahoria
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 830 H. Carb.: 99 g Prot.: 31 g Lip.: 30 g

DÍA 23

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

Kcal: 808 H. Carb.: 98 g Prot.: 27 g Lip.: 31 g

DÍA 30

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

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

DÍA 3

- Turmix de huevo con patatas, verduras y zanahoria
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (*) Yogur (Basal) y pan (30 g)

Kcal: 792 H. Carb.: 89 g Prot.: 28 g Lip.: 33 g

DÍA 10

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

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

DÍA 17

- Turmix de pescado blanco con arroz, verduras y guisantes
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (*) Yogur y pan (Basal)

Kcal: 773 H. Carb.: 92 g Prot.: 32 g Lip.: 28 g

DÍA 24

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

Kcal: 733 H. Carb.: 82 g Prot.: 40 g Lip.: 24 g

DÍA 31

- Turmix de ternera con alubias y verduras
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (*) Yogur y pan (Basal)

Kcal: 747 H. Carb.: 80 g Prot.: 37 g Lip.: 27 g

DÍA 4

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

Kcal: 823 H. Carb.: 92 g Prot.: 34 g Lip.: 31 g

DÍA 11

- Turmix de pavo con alubias, verduras y espinacas
- Papilla de frutas y pan (30 g)

Kcal: 771 H. Carb.: 89 g Prot.: 36 g Lip.: 26 g

DÍA 18

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

Kcal: 808 H. Carb.: 91 g Prot.: 32 g Lip.: 30 g

DÍA 25

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

Kcal: 816 H. Carb.: 98 g Prot.: 30 g Lip.: 30 g

DÍA 5

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

Kcal: 830 H. Carb.: 88 g Prot.: 37 g Lip.: 34 g

DÍA 12

FESTIVO

DÍA 19

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

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

DÍA 26

- Turmix de huevo con lentejas y verduras
- Yogur desnatado y pan (Diabético)
- (*) Yogur y pan (Basal)

Kcal: 779 H. Carb.: 82 g Prot.: 30 g Lip.: 33 g

