



INICIO POLLO/TERNERA

FEBRERO de 2019

Elaborado por Fidel Salazar Cueto, diplomado en Nutrición Humana y Dietética - Nº de Colegiado AND-00196

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

				346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 1	2	3
				•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)		
				•MI PRIMER DANONE		
350Kcal P: 16% HC: 42% L: 42% 4	396Kcal P: 13% HC: 51% L: 36% 5	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 6	350Kcal P: 16% HC: 42% L: 42% 7	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 8	9	10
•IN. VERDURAS CON TERNERA (patata, puerro...)	•IN. VERDURAS ARROZ Y POLLO (patata, cebolla)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)	•IN. VERDURAS CON TERNERA (patata, puerro...)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)		
•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE		
346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 11	396Kcal P: 13% HC: 51% L: 36% 12	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 13	350Kcal P: 16% HC: 42% L: 42% 14	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 15	16	17
•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)	•IN. VERDURAS ARROZ Y POLLO (patata, cebolla)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)	•IN. VERDURAS CON TERNERA (patata, puerro...)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)		
•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE		
350Kcal P: 16% HC: 42% L: 42% 18	396Kcal P: 13% HC: 51% L: 36% 19	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 20	350Kcal P: 16% HC: 42% L: 42% 21	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 22	23	24
•IN. VERDURAS CON TERNERA (patata, puerro...)	•IN. VERDURAS ARROZ Y POLLO (patata, cebolla)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)	•IN. VERDURAS CON TERNERA (patata, puerro...)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)		
•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE		
350Kcal P: 16% HC: 42% L: 42% 25	396Kcal P: 13% HC: 51% L: 36% 26	346Kcal P: 16% HC: 43% L: 41% 27	28			
•IN. VERDURAS CON TERNERA (patata, puerro...)	•IN. VERDURAS ARROZ Y POLLO (patata, cebolla)	•IN. VERDURAS CON POLLO (patata, zanahoria)				
•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE	•MI PRIMER DANONE				