

¿Qué comemos hoy?	Què mengem hui?	What are we eating today?	Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui?	
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6
 <h2 style="display: inline;">SEMANA DE PASCUA</h2> 				
Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
<b>SAN VICENTE FERRER</b>	<b>Espagueti con atún</b> <b>Queso, pavo y chorizo</b> <b>Ensalada. Pera</b>  Kcal 759,29 Carb. 112,34 (az 30,46) Lip. 21,64 (sat. 4,83) Prot 29,25 Sal 6,87	<b>Paella valenciana</b> <b>Croquetas de pollo</b> <b>Ensalada. Manzana</b>  Kcal 991,92 Carb. 126,84 (az 20,32) Lip. 38,12 (sat. 6,13) Prot 33,47 Sal 9,87	<b>Albóndigas con verduras</b> <b>Tortilla de patata</b> <b>Ensalada. Natillas</b>  Kcal 843,74 Carb. 83,67 (az 29,25) Lip. 45,9 (sat. 13,46) Prot 39,29 Sal 5,77	<b>Potaje de garbanzos</b> <b>Filete de lenguado con</b> <b>mayonesa. Ensalada.</b> <b>Naranja</b>  Kcal 782,48 Carb. 89,73 (az 13,12) Lip. 57,13 (sat. 2,69) Prot 43,77 Sal 7,55
Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
<b>Arroz a la cubana</b> <b>Huevo frito con tomate y</b> <b>pavo. Ensalada. Manzana</b>  Kcal 964,21 Carb. 146,49 (az 27,45) Lip. 35,74 (sat. 2,71) Prot 22,19 Sal 7,74	<b>Sopa cubierta</b> <b>Lomo asado</b> <b>Ensalada. Pera</b>  Kcal 664,8 Carb. 39,89 (az 19,03) Lip. 47,62 (sat. 16,45) Prot 28,81 Sal 7,06	<b>Puré de verduras</b> <b>Hamburguesas con patatas y</b> <b>ketchup</b> <b>Ensalada. Plátano</b>  Kcal 937,45 Carb. 89,05 (az 19,58) Lip. 52,67 (sat. 18,61) Prot 31,47 Sal 9,49	<b>Lentejas con chorizo</b> <b>Filete de lenguado con</b> <b>mayonesa</b> <b>Ensalada. Yogur</b>  Kcal 858,1 Carb. 65,05 (az 19,17) Lip. 36,36 (sat. 8,2) Prot 58,71 Sal 6,42	<b>Tallarines carbonara</b> <b>Queso, pavo y chorizo</b> <b>Ensalada. Naranja</b>  Kcal 685,34 Carb. 88,45 (az 15,62) Lip. 26,94 (sat. 9,02) Prot 27,28 Sal 6,27
Día 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
<b>Fideuá</b> <b>Supremas de merluza</b> <b>Ensalada. Manzana</b>  Kcal 1042,65 Carb. 1261,37 (az 19,78) Lip. 41,55 (sat. 4,93) Prot 62,81 Sal 7,15	<b>Canelones</b> <b>Jamón serrano y queso</b> <b>Ensalada. Pera</b>  Kcal 816,15 Carb. 66,09 (az 36,8) Lip. 33,94 (sat. 14,45) Prot 44,82 Sal 6,04	<b>Sopa cubierta</b> <b>Pollo al horno con papas</b> <b>Ensalada. Naranja</b>  Kcal 892,11 Carb. 327,32 (az 14,06) Lip. 59,26 (sat. 12,11) Prot 64,13 Sal 9,4	<b>Puré de calabacín</b> <b>Lomo asado</b> <b>Ensalada. Yogur</b>  Kcal 801,98 Carb. 31,28 (az 21,13) Lip. 60,58 (sat. 18,93) Prot 34,9 Sal 10,61	<b>Potaje de garbanzos</b> <b>Longanizas asadas con</b> <b>tomate</b> <b>Ensalada. Plátano</b>  Kcal 884,86 Carb. 108,49 (az 19,85) Lip. 66,45 (sat. 8,46) Prot 37,21 Sal 7,73
Día 30	<b>LA VALORACIÓN NUTRICIONAL ESTÁ CALCULADA BASÁNDOSE EN LA FRANJA DE MAYOR EDAD</b>			
<b>Macarrones boloñesa</b> <b>Croquetas de pollo</b> <b>Ensalada. Gelatina</b>  Kcal 804,06 Carb. 187,13 (az 22,53) Lip. 22,55 (sat. 5,9) Prot 28,8 Sal 7,12				