

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
ALMORZO	14g ColaCao + 200 ml leite 60 gramos tosta rica	14g ColaCao + 200 ml leite 60 gramos tosta rica	14g ColaCao + 200 ml leite 60 gramos tosta rica	14g ColaCao + 200 ml leite 60 gramos tosta rica	14g ColaCao + 200 ml leite 60 gramos tosta rica
MERENDA MAÑÁ	157 gramos de mazá 200 ml de zume de melocotón	170 gramos de laranxa 200 ml de zume de melocotón	158 gramos de plátano 200 ml de zume de melocotón	182 gramos de pera 200 ml de zume de melocotón	89 gramos bocadillo de nocilla 200 ml de zume de melocotón
XANTAR	157 gramos de polo ao forno	453 gramos de cocido	353 gramos de arroz con tomate frito	352 gramos de macarrones con tomate e carne picada	352 gramos de espaguetis a carbonara 330ml de coca cola
MERENDA TARDE	112 gramos de bocata de chourizo 21 gramos de patatas jumpers	156 gramos de bocata de lomo 37 gramos patatas pringles	112 gramos de bocata de chourizo 52 gramos bolsa palomitas	156 gramos de bocata de lomo 32 gramos patatas cheetos	21 gramos de patatas jumpers 157 gramos de mazá
CEA	230 gramos de torradas de salmón con aguacate	222 gramos de bágoas de polo	258 gramos de salmón a cava	253 gramos de sopa de polo	520 gramos de pizza de xamón e queixo