



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Energia: 581 kcal ¹ Lípids: 26 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 60 g
Energia: 559 kcal ⁴ Lípids: 23 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 60 g	Energia: 615 kcal ⁵ Lípids: 27 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 65 g	Energia: 529 kcal ⁶ Lípids: 21 g Proteïnes: 20 g Glúcids: 65g	Energia: 612 kcal ⁷ Lípids: 27 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 63g	Energia: 627 kcal ⁸ Lípids: 23g Proteïnes: 25g Glúcids: 80g
Energia: 584 kcal ¹¹ Lípids: 24 g Proteïnes: 29 g Glúcids: 63 g	Energia: 611 kcal ¹² Lípids: 27 g Proteïnes: 30 g Glúcids: 62 g	Energia: 586 kcal ¹³ Lípids: 26 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 61 g	Energia: 546 kcal ¹⁴ Lípids: 22 g Proteïnes: 25 g Glúcids: 62g	Energia: 515 kcal ¹⁵ Lípids: 23 g Proteïnes: 29 g Glúcids: 48 g
Energia: 631 kcal ¹⁸ Lípids: 27 g Proteïnes: 30 g Glúcids: 67 g	Energia: 551 kcal ¹⁹ Lípids: 23 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 59 g	Energia: 523 kcal ²⁰ Lípids: 23 g Proteïnes: 29 g Glúcids: 50 g	Energia: 578 kcal ²¹ Lípids: 26 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 58 g	Energia: 621 kcal ²² Lípids: 28 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 63g
Energia: 594 kcal ²⁵ Lípids: 26 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 63g	Energia: 654 kcal ²⁶ Lípids: 26g Proteïnes: 25g Glúcids: 80g	Energia: 637 kcal ²⁷ Lípids: 29 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 66 g	Energia: 554 kcal ²⁸ Lípids: 22 g Proteïnes: 29 g Glúcids: 60 g	

DIETES SETMANALS

--	--	--	--	--