

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Energia: 605 kcal Lípids: 27 g Proteïnes: 30 g Glúcids: 63 g	Energia: 633 kcal Lípids: 29 g Proteïnes: 19 g Glúcids: 45g	Energia: 585 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 25,5 g Glúcids: 68,6 g	Energia: 551 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 59 g
8	9	10	11	12
Energia: 559 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 60 g	Energia: 627 kcal Lípids: 23g Proteïnes: 25g Glúcids: 80g	Energia: 529 kcal Lípids: 21 g Proteïnes: 20 g Glúcids: 65g	Energia: 559 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 60 g	Energia: 585 kcal Lípids: 26 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 60 g
15	16	17	18	19
Energia: 612 kcal Lípids: 27 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 63g	Energia: 557 kcal Lípids: 29 g Proteïnes: 19 g Glúcids: 55g	Energia: 597 kcal Lípids: 25g Proteïnes: 28g Glúcids: 65g	Energia: 559 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 60 g	Energia: 515 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 29 g Glúcids: 48 g
22	23	24	25	26
Energia: 581 kcal Lípids: 26 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 60 g	Energia: 583 kcal Lípids: 25 g Proteïnes: 30 g Glúcids: 62 g	Energia: 581 kcal Lípids: 26 g Proteïnes: 27 g Glúcids: 60 g	Energia: 612 kcal Lípids: 27 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 63g	Energia: 523 kcal Lípids: 23 g Proteïnes: 29 g Glúcids: 50 g
29	30			
Energia: 595 kcal Lípids: 25 g Proteïnes: 26 g Glúcids: 70 g	Energia: 621 kcal Lípids: 28 g Proteïnes: 28 g Glúcids: 63g			

