



# ASTRINGENTE

DICIEMBRE - 2023

		<i>Hidratos</i>	<i>Proteínas</i>	<i>Grasas</i>	<i>Kcal</i>
<b><u>VIERNES 1</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>LUNES 4</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>MARTES 5</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>JUEVES 7</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>LUNES 11</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>MARTES 12</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>MIÉRCOLES 13</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>JUEVES 14</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>VIERNES 15</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>LUNES 18</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>MARTES 19</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>MIÉRCOLES 20</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>JUEVES 21</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>VIERNES 22</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>MARTES 26</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>MIÉRCOLES 27</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8
<b><u>JUEVES 28</u></b>	Arroz blanco. Pavo plancha	67,7	23,6	4,2	402,8
<b><u>VIERNES 29</u></b>	Arroz blanco. York plancha	78,9	21,3	10,8	497,8