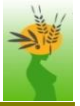


# Información nutricional Colexios

## Setembro 2020

asesoramento nutricional e dietético  
 maría lópez fernández tlf.: 650441869 DNI 34875980E



	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
			<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
Enerxía (kcal)			713,73	756,47	729,44
Proteínas (g)			44,92	44,28	40,7
Lípidos (g)			26,75	24,84	45,4
Lípidos saturados (g)			7,27	4,74	12,51
H. de carbono (g)			73,32	88,95	39,5
Azucres (g)			8,66	21,24	16,85
Sal (mg)			1701,58	1472,82	1485,41
	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
Enerxía (kcal)	855,44	1049,07	572,05	679,84	878,12
Proteínas (g)	36,99	40,67	32,93	48,75	39,15
Lípidos (g)	31,6	62,23	19,41	22,96	29,62
Lípidos saturados (g)	13,06	17,9	2,79	6,3	5,95
H. de carbono (g)	105,77	81,59	66,42	69,55	113,59
Azucres (g)	22,9	13,91	24,06	12,28	19,48
Sal (mg)	1829,22	2300,83	1201,33	1499,73	1167
	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
Enerxía (kcal)	776,56	829,84	847,89	622,21	879,56
Proteínas (g)	57,94	46,95	36,73	36,21	35,87
Lípidos (g)	28,05	25,2	45,56	17,9	41,52
Lípidos saturados (g)	7,97	4,59	8,98	3,62	13,77
H. de carbono (g)	73,08	103,81	72,74	79,07	90,6
Azucres (g)	6,1	20,5	16,12	24,01	26,69
Sal (mg)	1367,78	1265,43	1306,56	1168,75	1790,57
	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		
Enerxía (kcal)	909,63	766,14	772,81		
Proteínas (g)	46,9	44,48	28,34		
Lípidos (g)	41,77	38,26	27,14		
Lípidos saturados (g)	10,1	8,59	6,89		
H. de carbono (g)	86,51	60,98	104,58		
Azucres (g)	23,84	12,06	24,82		
Sal (mg)	1603,13	1792,66	1936,75		

