

Dilluns				Dimarts				Dimecres				Dijous				Divendres			
24				25				26				27				28			
FESTIU				E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)
				772,87	25,16	32,04	95,96	744,65	33,25	25,8	94,83	775,76	27,61	25,66	108,58	751,91	29,95	26,89	97,56
1				2				3				4				5			
E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)
737,48	32,51	30,65	82,94	730,88	29,02	26,81	93,38	682,89	38,08	24,39	77,75	844,83	39,76	34,45	93,92	753,84	24,28	32,74	90,54
8				9				10				11				12			
E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)
721,63	34,79	28,92	80,03	743,4	22,11	36,76	81,02	787,26	28,94	37,05	84,5	715,12	29,25	24,79	93,77	730,19	27,82	28,05	91,61
15				16				17				18				19			
E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)
799,95	38,24	35,23	82,49	715,38	35,87	25,55	85,51	755,62	30,53	23,09	106,39	784,46	39,56	28,57	92,27	710,25	24,95	23,85	98,97
22				23				24				25				26			
E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)
735,02	36,54	31,89	75,47	764,03	37,38	30,52	84,96	732,73	23,18	24,58	91,19	808,16	28,32	37,53	89,29	771,51	25,73	31,6	96,05
29				30				31				1				2			
E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)	E (Kcal)	PROT (g)	LIP (g)	HC (g)
738,96	31,68	24,97	96,87	821,87	34,75	32,94	96,59	858,01	26,93	26,19	128,64	730,41	38,39	30,44	75,18	939,12	33,26	49,65	89,82