


 Nuria Abia Lizaro
 Dietista - Nutricionista
 Coleg. N.º 46/00079

LYCEE FRANÇAIS MOLIÈRE - DICIEMBRE 2024

			LUNDI/LUNES		MARDI/MARTES		MERCREDI/MIÉRCOLES		JEUDI/JUEVES		VENDREDI/VIERNES	
			2/12/2024		3/12/2024		4/12/2024		5/12/2024		6/12/2024	
ENERGÍA	ID	en años	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía		
Kcal/día												
1742	niños	3 a 8	592	34,0	600	34,4	609,18	35,0	609,18	35,0		
2279	niños	9 a 13	740	32,5	750	32,9	781	34,3	781	34,3	FIESTA	
3152	niños	14 a 18	1021,2	32,4	1035	32,8	1077,78	34,2	1077,78	34,2		
			LUNDI/LUNES		MARDI/MARTES		MERCREDI/MIÉRCOLES		JEUDI/JUEVES		VENDREDI/VIERNES	
			9/12/2024		10/12/2024		11/12/2024		12/12/2024		13/12/2024	
ENERGÍA	ID	en años			Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía
Kcal/día												
1742	niños	3 a 8			617,76	35,5	608	34,9	597,6	34,3	600,6	34,5
2279	niños	9 a 13	FIESTA		792	34,8	760	33,3	747	32,8	770	33,8
3152	niños	14 a 18			1092,96	34,7	1048,8	33,3	1030,86	32,7	1.062,60	33,7
			LUNDI/LUNES		MARDI/MARTES		MERCREDI/MIÉRCOLES		JEUDI/JUEVES		VENDREDI/VIERNES	
			16/12/2024		17/12/2024		18/12/2024		19/12/2024		20/12/2024	
ENERGÍA	ID	en años	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía	Kcal/comida	% energía
Kcal/día												
1742	niños	3 a 8	585,6	33,6	604,8	34,7	592	34,0	606,4	34,8	608,4	34,9
2279	niños	9 a 13	732	32,1	756	33,2	740	32,5	758	33,3	780	34,2
3152	niños	14 a 18	1010,16	32,0	1043,28	33,1	1021,2	32,4	1046,04	33,2	1.076,40	34,1