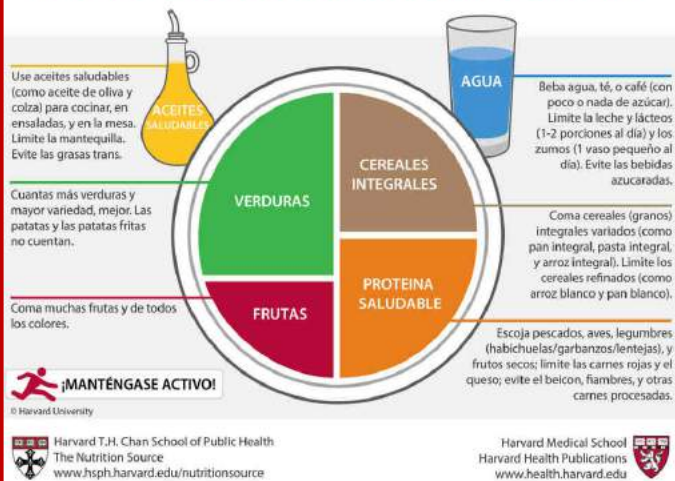


EL PLATO PARA COMER SALUDABLE



LUNES 07

DÍA FESTIVO

MARTES 08

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CREMA DE VERDURAS
2º TORTILLA ESPAÑOLA
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º VEGETABLE CREAM
2º SPANISH OMELETTE WITH SALAD

Calorías	520	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	234	Gr.
↳ H.Carbono (Azúcares)	63	Gr.
↳ H.Carbono	18	Gr.
↳ (Azúcares)	11	Gr.
Proteínas	2	Gr.
Sal	2	Gr.

MIÉRCOLES 09

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º LENTEJAS HORTELANAS
2º LACÓN A LA GALLEGA CON CACHELOS
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º VEGETABLE LENTILS
2º GALICIAN PORK WITH POTATOES

Calorías	543	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	20	Gr.
↳ H.Carbono	4	Gr.
↳ (Azúcares)	59	Gr.
↳ H.Carbono	22	Gr.
↳ (Azúcares)	22	Gr.
Proteínas	27	Gr.
Sal	2	Gr.

JUEVES 10

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º ARROZ BLANCO CON TOMATE
2º MERLUZA ROMANA
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º WHITE RICE WITH TOMATO
2º ROMANA HAKE

Calorías	548	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	17	Gr.
↳ H.Carbono	2	Gr.
↳ (Azúcares)	75	Gr.
↳ H.Carbono	14	Gr.
↳ (Azúcares)	14	Gr.
Proteínas	21	Gr.
Sal	1	Gr.

VIERNES 11

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º SOPA DE COCIDO
2º COCIDO MADRILEÑO
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º COCIDO SOUP
2º MADRILENIAN STEW

Calorías	627	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	31	Gr.
↳ H.Carbono	10	Gr.
↳ (Azúcares)	56	Gr.
↳ H.Carbono	10	Gr.
↳ (Azúcares)	10	Gr.
Proteínas	26	Gr.
Sal	2	Gr.

LUNES 14

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CREMA DE CALABAZA
2º HUEVOS VILLARROY
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º PUMPKIN CREAM
2º VILLARROY EGGS

Calorías	568	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	32	Gr.
↳ H.Carbono	7	Gr.
↳ (Azúcares)	53	Gr.
↳ H.Carbono	12	Gr.
↳ (Azúcares)	12	Gr.
Proteínas	15	Gr.
Sal	2	Gr.

MARTES 15

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º PAELLA MIXTA
2º ATÚN CON TOMATE
ENSALADA, PAN Y LÁCTEO
1º MIXED PAELLA
2º TUNA WITH TOMATO

Calorías	604	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	24	Gr.
↳ H.Carbono	5	Gr.
↳ (Azúcares)	70	Gr.
↳ H.Carbono	17	Gr.
↳ (Azúcares)	17	Gr.
Proteínas	24	Gr.
Sal	1	Gr.

MIÉRCOLES 16

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º SOPA DE PICADILLO
2º POLLO ASADO CON PATATAS
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º PICADILLO SOUP
2º ROAST CHICKEN WITH POTATOES

Calorías	606	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	26	Gr.
↳ H.Carbono	7	Gr.
↳ (Azúcares)	58	Gr.
↳ H.Carbono	15	Gr.
↳ (Azúcares)	15	Gr.
Proteínas	31	Gr.
Sal	1	Gr.

JUEVES 17

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS
2º HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSAS
PRIMAVERAL
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º WHITE BEANS WITH VEGETABLES
2º BEEF BURGER IN SPRING SAUCE

Calorías	517	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	24	Gr.
↳ H.Carbono	8	Gr.
↳ (Azúcares)	54	Gr.
↳ H.Carbono	15	Gr.
↳ (Azúcares)	14	Gr.
Proteínas	24	Gr.
Sal	2	Gr.

VIERNES 18

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º GUI SANTES PRINCESA
2º LOMO PLANCHA
ENSALADA, PAN Y FRUTA
1º SAUTÉED PEAS
2º GRILLED LOIN

Calorías	493	Kcal.
↳ Lípidos (Saturados)	24	Gr.
↳ H.Carbono	7	Gr.
↳ (Azúcares)	42	Gr.
↳ H.Carbono	20	Gr.
↳ (Azúcares)	23	Gr.
Proteínas	23	Gr.
Sal	1	Gr.

En cumplimiento del Reglamento (UE) N° 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos. Pónganse en contacto con nosotros si desea más información al respecto.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
Verduras
Carnes
Pescados
Huevo
Fruta
Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verdura u hortaliza cruda o cocinada
Arroz, pasta o patata
Pescados o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne
Lácteo o fruta
Fruta

TODOS LOS DÍAS ESTARÁ A DISPOSICIÓN DEL COMENSAL KETCHUP Y MAHONESA, LOS DÍAS QUE EN EL PRIMER PLATO APAREZCA PASTA, SE OFRECERÁ QUESO RALLADO COMO ACOMPAÑAMIENTO. KETCHUP AND MAYONNAISE AVAILABLE ON A DAILY BASIS. GRATED CHEESE AVAILABLE WHEN PASTA IS SERVED, GRATED CHEESE AVAILABLE WHEN PASTA IS SERVED.

LUNES 21	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º ARROZ CON VERDURAS	Calorías 515 Kcal.
2º MERLUZA MEUNIÈRE ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 13 Gr. (Saturados) 4 Gr.
1º RICE WITH VEGETABLES	H.Carbono 75 Gr. (Azúcares) 10 Gr.
2º MEUNIÈRE HAKE	Proteínas 22 Gr. Sal 2 Gr.

MARTES 22	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º LENTEJAS ESTOFADAS	Calorías 629 Kcal.
2º TORTILLA DE CALABACÍN ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 30 Gr. (Saturados) 4 Gr.
1º STEWED LENTILS	H.Carbono 58 Gr. (Azúcares) 16 Gr.
2º COURGETTE OMELETTE	Proteínas 26 Gr. Sal 2 Gr.

MIÉRCOLES 23	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PASTEL DE BRÓCOLI GRATINADO	Calorías 583 Kcal.
2º ESCALOPE DE POLLO ENSALADA, PAN Y LÁCTEO	Lípidos 28 Gr. (Saturados) 8 Gr.
1º GRATIN BROCCOLI CAKE	H.Carbono 48 Gr. (Azúcares) 18 Gr.
2º CHICKEN SCALOPE	Proteínas 31 Gr. Sal 2 Gr.

JUEVES 24	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS	Calorías 526 Kcal.
2º CARNE ASADA CON DELICIAS DE BERENJENA ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 27 Gr. (Saturados) 4 Gr.
1º COCIDO SOUP WITH CHICKPEAS	H.Carbono 36 Gr. (Azúcares) 10 Gr.
2º ROAST MEAT WITH AUBERGINE DELIGHTS	Proteínas 31 Gr. Sal 1 Gr.

VIERNES 25	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º CODITOS NAPOLITANA	Calorías 544 Kcal.
2º BACALAO ORLY ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 19 Gr. (Saturados) 2 Gr.
1º NAPOLITAN PASTA	H.Carbono 66 Gr. (Azúcares) 15 Gr.
2º ORLY COD	Proteínas 25 Gr. Sal 2 Gr.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL, CALCULADA DE ACUERDO A CRITERIOS DIETÉTICOS Y ESTABLECIDA PARA UN COMENSAL DE ENTRE 3 Y 6 AÑOS. EL APORTE CALÓRICO DE LA COMIDA DEBE SER APROX. EL 35% DEL TOTAL DIARIO.

LOS PADRES PUEDEN ASISTIR A COMER CON SUS HIJOS SIEMPRE QUE LO DESEEN.
PARENTS CAN ATTEND LUNCH WITH THEIR CHILDREN, WHENEVER THEY WISH

LUNES 28	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PURÉ DE PATATA Y ZANAHORIA	Calorías 512 Kcal.
2º NUGGETS DE POLLO ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 25 Gr. (Saturados) 5 Gr.
1º POTATO AND CARROT PURÉE	H.Carbono 50 Gr. (Azúcares) 4 Gr.
2º CHICKEN NUGGETS	Proteínas 18 Gr. Sal 2 Gr.

MARTES 29	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS	Calorías 504 Kcal.
2º ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 24 Gr. (Saturados) 5 Gr.
1º SAUTÉED GREEN BEANS	H.Carbono 51 Gr. (Azúcares) 16 Gr.
2º MEATBALLS IN VEGETABLE SAUCE	Proteínas 19 Gr. Sal 2 Gr.

MIÉRCOLES 30	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º ESPIRALES CON CHORIZO	Calorías 577 Kcal.
2º ABADEJO EMPANADO ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 24 Gr. (Saturados) 3 Gr.
1º SPIRALS WITH CHORIZO	H.Carbono 66 Gr. (Azúcares) 15 Gr.
2º BREADED FISH	Proteínas 22 Gr. Sal 1 Gr.

JUEVES 31	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PATATAS GUIADAS	Calorías 515 Kcal.
2º TORTILLA FRANCESA DE JAMÓN ENSALADA, PAN Y LÁCTEO	Lípidos 23 Gr. (Saturados) 4 Gr.
1º STEWED POTATOES	H.Carbono 53 Gr. (Azúcares) 16 Gr.
2º PLAIN HAM OMELETTE	Proteínas 20 Gr. Sal 1 Gr.



www.hoycosa.es

ENERO - 2019



EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMER CICLO DE PRIMARIA

C/ Vital Aza, 65

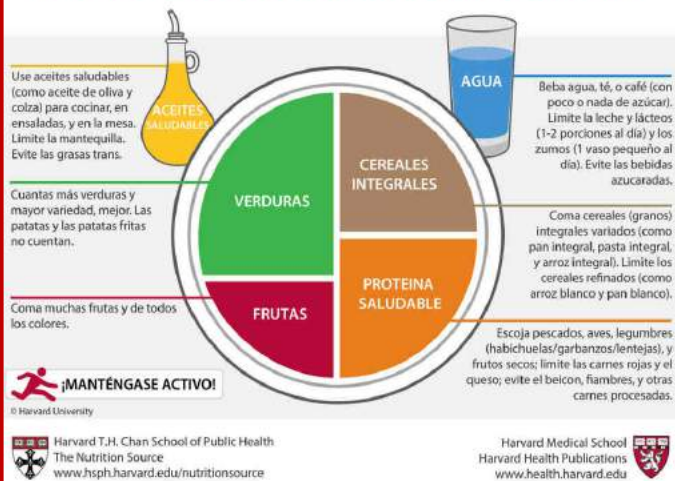
28017 - Madrid

Tlf: 91 408 22 63 - Fax: 91 377 22 59

www.joyfe.es - joyfe@joyfe.es



EL PLATO PARA COMER SALUDABLE



RECETA PROPUESTA POR:

Día 30 - ENSALADA DE PASTA TRICOLOR - Dani, Mar, Sara y Jaime 6ª A

Día 23 - ESCALOPE DE POLLO - Enma H., Enma Z. y Paula Platero 6ª C

LUNES 07

DÍA FESTIVO

MARTES 08

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CREMA DE VERDURAS O ENSALADA DE PAVO Y PIÑA
- 2º TORTILLA ESPAÑOLA ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º VEGETABLE CREAM OR TURKEY AND PINEAPPLE SALAD
- 2º SPANISH OMELETTE WITH SALAD

Calorías	743	Kcal.
Lípidos (Saturados)	33	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	6	Gr.
Proteínas	90	Gr.
Proteínas	26	Gr.
Proteínas	16	Gr.
Sal	3	Gr.

MIÉRCOLES 09

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º LENTEJAS HORTELANAS O GUISANTES REHOGADOS
- 2º LACÓN A LA GALLEGA CON CACHELOS ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º VEGETABLE LENTILS OR SAUTÉED PEAS
- 2º GALICIAN PORK WITH POTATOES

Calorías	776	Kcal.
Lípidos (Saturados)	29	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	6	Gr.
Proteínas	84	Gr.
Proteínas	31	Gr.
Proteínas	38	Gr.
Sal	3	Gr.

JUEVES 10

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º ARROZ BLANCO CON TOMATE O ARROZ CON VERDURAS
 - 2º MERLUZA ROMANA ENSALADA, PAN Y FRUTA
 - 1º WHITE RICE WITH TOMATO OR RICE WITH VEGETABLES
 - 2º ROMANA HAKE
- DEGUSTACIÓN: NACHOS CON QUESO

Calorías	783	Kcal.
Lípidos (Saturados)	25	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	3	Gr.
Proteínas	107	Gr.
Proteínas	20	Gr.
Proteínas	29	Gr.
Sal	1	Gr.

VIERNES 11

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º SOPA DE COCIDO O REPOLLO AJOARRIERO
- 2º COCIDO MADRILEÑO ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º COCIDO SOUP OR AJOARRIERO CABBAGE
- 2º MADRILENIAN STEW

Calorías	895	Kcal.
Lípidos (Saturados)	45	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	14	Gr.
Proteínas	79	Gr.
Proteínas	14	Gr.
Proteínas	38	Gr.
Sal	2	Gr.

LUNES 14

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º CREMA DE CALABAZA O ENSALADA POPEYE
- 2º HUEVOS VILLARROY ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º PUMPKIN CREAM OR POPEYE SALAD
- 2º VILLARROY EGGS

Calorías	812	Kcal.
Lípidos (Saturados)	45	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	11	Gr.
Proteínas	76	Gr.
Proteínas	17	Gr.
Proteínas	21	Gr.
Sal	3	Gr.

MARTES 15

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º PAELLA MIXTA O COLIFLOR REHOGADA
- 2º ATÚN CON TOMATE ENSALADA, PAN Y LÁCTEO
- 1º MIXED PAELLA OR SAUTÉED CAULIFLOWER
- 2º TUNA WITH TOMATO

Calorías	863	Kcal.
Lípidos (Saturados)	34	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	7	Gr.
Proteínas	99	Gr.
Proteínas	24	Gr.
Proteínas	35	Gr.
Sal	1	Gr.

MIÉRCOLES 16

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º SOPA DE PICADILLO O CUSCÚS VEGETAL
- 2º POLLO ASADO CON PATATAS ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º PICADILLO SOUP OR VEGETABLE COUSCOUS
- 2º ROAST CHICKEN WITH POTATOES

Calorías	865	Kcal.
Lípidos (Saturados)	37	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	10	Gr.
Proteínas	83	Gr.
Proteínas	22	Gr.
Proteínas	45	Gr.
Sal	2	Gr.

JUEVES 17

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS O SALTEADO ORIENTAL DE VERDURAS
- 2º HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSAS PRIMAVERAL ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º WHITE BEANS WITH VEGETABLES OR SAUTÉED VEGETABLES
- 2º BEEF BURGER IN SPRING SAUCE

Calorías	738	Kcal.
Lípidos (Saturados)	34	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	11	Gr.
Proteínas	77	Gr.
Proteínas	22	Gr.
Proteínas	34	Gr.
Sal	2	Gr.

VIERNES 18

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

- 1º GUISANTES PRINCESA O JUDÍAS VERDES REHOGADAS
- 2º LOMO PLANCHA ENSALADA, PAN Y FRUTA
- 1º SAUTÉED PEAS OR SAUTÉED GREEN BEANS
- 2º GRILLED LOIN

Calorías	704	Kcal.
Lípidos (Saturados)	34	Gr.
H.Carbono (Azúcares)	10	Gr.
Proteínas	60	Gr.
Proteínas	28	Gr.
Proteínas	32	Gr.
Sal	2	Gr.

En cumplimiento del Reglamento (UE) N° 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos. Pónganse en contacto con nosotros si desea más información al respecto.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre
Verduras
Carnes
Pescados
Huevo
Fruta
Lácteo

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verdura u hortaliza cruda o cocinada
Arroz, pasta o patata
Pescados o huevo
Carne o huevo
Pescado o carne
Lácteo o fruta
Fruta

TODOS LOS DÍAS ESTARÁ A DISPOSICIÓN DEL COMENSAL KETCHUP Y MAHONESA, LOS DÍAS QUE EN EL PRIMER PLATO APAREZCA PASTA, SE OFRECERÁ QUESO RALLADO COMO ACOMPAÑAMIENTO. KETCHUP AND MAYONNAISE AVAILABLE ON A DAILY BASIS. GRATED CHEESE AVAILABLE WHEN PASTA IS SERVED, GRATED CHEESE AVAILABLE WHEN PASTA IS SERVED.

LUNES 21	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º ARROZ CON VERDURAS O PISTO	Calorías 735 Kcal.
2º MERLUZA MEUNIERE ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 19 Gr.
1º RICE WITH VEGETABLES OR PISTO	(Saturados) 6 Gr.
2º MEUNIERE HAKE	H.Carbono 107 Gr.
	(Azúcares) 15 Gr.
	Proteínas 31 Gr.
	Sal 3 Gr.

MARTES 22	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º LENTEJAS ESTOFADAS O ENSALADA CÉSAR	Calorías 899 Kcal.
2º TORTILLA DE CALABACÍN ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 42 Gr.
1º STEWED LENTILS OR CAESAR SALAD	(Saturados) 6 Gr.
2º COURGETTE OMELETTE	H.Carbono 84 Gr.
	(Azúcares) 23 Gr.
	Proteínas 38 Gr.
	Sal 3 Gr.

MIÉRCOLES 23	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PASTEL DE BRÓCOLI GRATINADO O ACELGAS REHOGADAS	Calorías 833 Kcal.
2º ESCALOPE DE POLLO ENSALADA, PAN Y LÁCTEO	Lípidos 41 Gr.
1º GRATIN BROCCOLI CAKE OR SAUTÉED CHARD	(Saturados) 12 Gr.
2º CHICKEN SCALOPE	H.Carbono 68 Gr.
	(Azúcares) 26 Gr.
	Proteínas 44 Gr.
	Sal 3 Gr.

JUEVES 24	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS O REPOLLO AL AJILLO	Calorías 752 Kcal.
2º CARNE ASADA CON DELICIAS DE BERENJENA ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 39 Gr.
1º COCIDO SOUP WITH CHICKPEAS OR GARLIC CABBAGE	(Saturados) 6 Gr.
2º ROAST MEAT WITH AUBERGINE DELIGHTS DEGUSTACIÓN: PATATAS GRATINADAS	H.Carbono 51 Gr.
	(Azúcares) 14 Gr.
	Proteínas 44 Gr.
	Sal 1 Gr.

VIERNES 25	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º CODITOS NAPOLITANA O CODITOS PRIMAVERA	Calorías 777 Kcal.
2º BACALAO ORLY ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 26 Gr.
1º NAPOLITAN PASTA OR SPRING PASTA	(Saturados) 3 Gr.
2º ORLY COD	H.Carbono 95 Gr.
	(Azúcares) 22 Gr.
	Proteínas 35 Gr.
	Sal 3 Gr.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL, CALCULADA DE ACUERDO A CRITERIOS DIETÉTICOS Y ESTABLECIDA PARA UN COMENSAL DE ENTRE 10 Y 12 AÑOS. EL APORTE CALÓRICO DE LA COMIDA DEBE SER APROX. EL 35% DEL TOTAL DIARIO.

LOS PADRES PUEDEN ASISTIR A COMER CON SUS HIJOS SIEMPRE QUE LO DESEEN. PARENTS CAN ATTEND LUNCH WITH THEIR CHILDREN, WHENEVER THEY WISH

LUNES 28	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PURÉ DE PATATA Y ZANAHORIA O ENSALADA COMPLETA	Calorías 729 Kcal.
2º NUGGETS DE POLLO ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 39 Gr.
1º POTATO AND CARROT PURÉE OR MIXED SALAD	(Saturados) 7 Gr.
2º CHICKEN NUGGETS	H.Carbono 70 Gr.
	(Azúcares) 8 Gr.
	Proteínas 19 Gr.
	Sal 3 Gr.

MARTES 29	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS O COLIFLOR AL AJILLO	Calorías 720 Kcal.
2º ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 34 Gr.
1º SAUTÉED GREEN BEANS OR GARLIC CAULIFLOWER	(Saturados) 7 Gr.
2º MEATBALLS IN VEGETABLE SAUCE	H.Carbono 72 Gr.
	(Azúcares) 23 Gr.
	Proteínas 26 Gr.
	Sal 3 Gr.

MIÉRCOLES 30	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º ESPIRALES CON CHORIZO O ENSALADA DE PASTA TRICOLOR	Calorías 824 Kcal.
2º ABADEJO EMPANADO ENSALADA, PAN Y FRUTA	Lípidos 34 Gr.
1º SPIRALS WITH CHORIZO OR PASTA SALAD	(Saturados) 4 Gr.
2º BREADED FISH	H.Carbono 95 Gr.
	(Azúcares) 21 Gr.
	Proteínas 31 Gr.
	Sal 2 Gr.

JUEVES 31	INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PATATAS GUISADAS O BERENJENA AL HORNO	Calorías 736 Kcal.
2º TORTILLA FRANCESA DE JAMÓN ENSALADA, PAN Y LÁCTEO	Lípidos 33 Gr.
1º STEWED POTATOES OR BAKED AUBERGINE	(Saturados) 6 Gr.
2º PLAIN HAM OMELETTE	H.Carbono 76 Gr.
	(Azúcares) 23 Gr.
	Proteínas 29 Gr.
	Sal 2 Gr.



www.hoycosa.es

ENERO - 2019



C/ Vital Aza, 65
28017 - Madrid

Tlf: 91 408 22 63 - Fax: 91 377 22 59

www.joyfe.es - joyfe@joyfe.es

