Nuria Abia Lázaro
Dietista - Nutricionista
Coleg. N.º ABA09079

LYCEE FRANÇAIS MOLIÈRE - DICIEMBRE 2026

| ENERGÍA Kcal/día | | EDAD en años | 1/12/2026 | | 2/12/2026 | | JEUDI/JUEVES 3/12/2026 | | VENDREDI/VIERNES 4/12/2026 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía |
| 1742 | niños | 3 a 8 | 578,3 | 33,2 | 589,0 | 33,8 | 579,1 | 33,2 | 573,5 | 32,9 |
| 2279 | niños | 9 a 13 | 732 | 32,1 | 775 | 34,0 | 733 | 32,2 | 726 | 31,9 |
| 3152 | niños | 14 a 18 | 1010 | 32,0 | 1.069,5 | 33,9 | 1011,5 | 32,1 | 1001,9 | 31,8 |

| ENERGÍA Kcal/día | | EDAD en años | LUNDI/LUNES 7/12/2026 | | MARDI/MARTES 8/12/2026 | | MERCREDI/MIÉRCOLES 9/12/2026 | | JEUDI/JUEVES 10/12/2026 | | VENDREDI/VIERNES 11/12/2026 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía |
| 1742 | niños | 3 a 8 | | | | | 606,4 | 34,8 | 594,4 | 34,1 | 608,3 | 34,9 |
| 2279 | niños | 9 a 13 | FESTIVO | | FESTIVO | | 758 | 33,3 | 762 | 33,4 | 790 | 34,7 |
| 3152 | niños | 14 a 18 | | | | | 1.046,0 | 33,2 | 1051,6 | 33,4 | 1090,2 | 34,6 |

| ENERGÍA Kcal/día | | EDAD en años | LUNDI/LUNES 14/12/2026 | | MARDI/MARTES 15/12/2026 | | MERCREDI/MIÉRCOLES 16/12/2026 | | JEUDI/JUEVES 17/12/2026 | | VENDREDI/VIERNES 18/12/2026 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía | Kcal/comida | % energía |
| 1742 | niños | 3 a 8 | 580,0 | 33,3 | 605,6 | 34,8 | 579,8 | 33,3 | 583,4 | 33,5 | 609,1 | 35,0 |
| 2279 | niños | 9 a 13 | 725 | 31,8 | 757 | 33,2 | 753 | 33,0 | 748 | 32,8 | 791 | 34,7 |
| 3152 | niños | 14 a 18 | 1000,5 | 31,7 | 1045 | 33,1 | 1.039,1 | 33,0 | 1032,2 | 32,7 | 1091,6 | 34,6 |