

# Preparaciones Saladas

	CREMA SABOR POLLO	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE CHAMPIÑONES	SOPA FRÍA DE ESPÁRRAGOS Y RÚCULA	TORTILLA SABOR QUESO	TORTILLA FINAS HIERBAS	FUSILLI	SOPA FRÍA DE TOMATE	TORTILLA SABOR BACON	PURÉ DE PATATAS	HAMBURGUESA DE VERDURAS	"SOUFFLÉ" DE PESCADO	CREPES
Por sobre de (g)	22 g	22,5 g	22 g	22 g	24 g	24,5 g	50 g	24 g	24,5 g	21 g	26 g	25,5 g	26 g
<b>Valor energético</b>	73 kcal / 309 kJ	76 kcal / 332 kJ	76 kcal / 321 kJ	76 kcal / 320 kJ	91 kcal / 386 kJ	100 kcal / 422 kJ	170 kcal / 721 kJ	79 kcal / 336 kJ	100 kcal / 421 kJ	72 kcal / 304 kJ	100 kcal / 422 kJ	89 kcal / 377 kJ	91 kcal / 384 kJ
Proteínas	15 g	15 g	15 g	15 g	15 g	15 g	30 g	14,5 g	15 g	15 g	15 g	15 g	15 g
Hidratos de carbono, de los cuales: azúcares	1,5 g 1 g	2 g 0,7 g	2 g 0,7 g	2 g 0,5 g	3 g 0,8 g	3 g 0,6 g	10 g 0,5 g	4 g 0,6 g	3 g 0,5 g	2 g 1 g	5 g 3 g	6 g 1 g	4 g 1 g
Grasas, de las cuales: saturadas	0,6 g 0,4 g	0,7 g 0,3 g	0,7 g 0,3 g	0,7 g 0,3 g	2 g 1 g	3 g 1 g	1 g 0,2 g	0,5 g 0,2 g	3 g 1 g	0,3 g 0,3 g	2 g 0,8 g	0,5 g 0,3 g	1 g 0,4 g
Fibra alimentaria	0,8 g	0,9 g	0,8 g	0,7 g	0,7 g	0,6 g	0,5 g	0,4 g	0,5 g	0,5 g	1 g	0,2 g	3 g
Sodio	0,6 g	0,4 g	0,4 g	0,5 g	0,3 g	0,4 g	0,5 g	0,5 g	0,3 g	0,3 g	0,3 g	0,5 g	0,2 g
<b>Vitaminas</b>													
Vitamina A	88 µg (11%)*	90 µg (11%)*	88 µg (11%)*	90 µg (11%)*	111 µg (14%)*	114 µg (14%)*			114 µg (14%)*	84 µg (10%)*	121 µg (15%)*	108 µg (13%)*	109 µg (13%)*
Vitamina E	1 mg (8%)*	1 mg (8%)*	1 mg (8%)*	1 mg (8%)*	1 mg (8%)*	1 mg (8%)*			1 mg (8%)*	1 mg (8%)*	1 mg (8%)*	1,4 mg (8%)*	1 mg (8%)*
Vitamina C	7 mg (9%)*	7 mg (9%)*	7 mg (9%)*	7 mg (9%)*	8 mg (10%)*	8 mg (10%)*			8 mg (10%)*	6 mg (10%)*	9 mg (11%)*	8 mg (10%)*	8 mg (10%)*
Vitamina B1	0,1 mg (9%)*	0,2 mg (18%)*	0,1 mg (9%)*	0,2 mg (18%)*	0,2 mg (18%)*	0,2 mg (18%)*			0,2 mg (18%)*	0,1 mg (9%)*	0,2 mg (18%)*	0,2 mg (18%)*	0,2 mg (18%)*
Vitamina B2	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*			0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*
Vitamina B3	2 mg (12%)*	2 mg (12%)*	2 mg (12%)*	2 mg (12%)*	2 mg (12%)*	2 mg (12%)*			2 mg (12%)*	2 mg (12%)*	3 mg (19%)*	2,4 mg (12%)*	2 mg (12%)*
Vitamina B6	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,2 mg (14%)*	0,3 mg (21%)*	0,3 mg (21%)*			0,3 mg (21%)*	0,2 mg (14%)*	0,3 mg (21%)*	0,3 mg (21%)*	0,3 mg (21%)*
Vitamina B12	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*			0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*	0,1 µg (4%)*
Ácido pantoténico	0,7 mg (12%)*	0,7 mg (11%)*	0,7 mg (12%)*	0,7 mg (12%)*	0,8 mg (13%)*	0,8 mg (13%)*			0,8 mg (13%)*	0,6 mg (10%)*	0,9 mg (15%)*	0,8 mg (13%)*	0,8 mg (13%)*
Ácido fólico	22 µg (11%)*	22 µg (11%)*	22 µg (11%)*	22 µg (11%)*	28 µg (14%)*	28 µg (14%)*			28 µg (14%)*	21 µg (10%)*	30 µg (15%)*	27 µg (13%)*	27 µg (13%)*
Biotina	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*			20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*	20 µg (40%)*
<b>Minerales</b>													
Calcio	220 mg (27%)*	124 mg (15%)*	135 mg (17%)*	198 mg (25%)*	36 mg (4%)*	39 mg (5%)*			37 mg (5%)*	401 mg (50%)*	25 mg (3%)*	332 mg (41%)*	270 mg (34%)*
Fósforo	171 mg (24%)*	138 mg (17%)*	143 mg (20%)*	174 mg (25%)*	82 mg (12%)*	90 mg (13%)*			83 mg (12%)*	239 mg (34%)*	117 mg (17%)*	191 mg (27%)*	166 mg (24%)*
Hierro		1 mg (8%)*											
Magnesio													
Potasio	204 mg	270 mg	242 mg	66 mg	144 mg	214 mg	105 mg	87 mg	147 mg	189 mg	117 mg	89 mg	170 mg

\*CDR: Cantidad Diaria Recomendada

## Tabla de proteínas

PREPARACIONES DULCES	DE LECHE	DE SOJA	DE GUI SANTES	DE HUEVO
Desayuno de cacao	SÍ	-	-	-
Desayuno de capuccino	SÍ	-	-	-
Desayuno de cítricos	SÍ	-	-	-
Postre de limón	SÍ	-	-	-
Postre de chocolate negro intenso	SÍ	-	-	-
Pastel de chocolate	SÍ	SÍ	-	-
Pastel de frutas	SÍ	-	SÍ	SÍ
Mousse de frutos rojos	SÍ	-	-	-
Mousse de chocolate	SÍ	-	-	SÍ
Flan sabor vainilla	SÍ	-	-	-
Crema muesli y fr. del bosque	SÍ	SÍ	-	SÍ
Cereales	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ

TENTEPIES	DE LECHE	DE SOJA	DE GUI SANTES	DE HUEVO
Mini cake	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ
Crackers	-	-	SÍ	-
Barritas de turrón	SÍ	-	-	-
Barritas de chocolate	SÍ	-	-	-
Barritas de vainilla-caramelo	SÍ	-	-	-
Barritas de cereales y frutos rojos	-	SÍ	-	-
Barritas de café	SÍ	-	-	-
Galletas (3 referencias)	SÍ	-	-	SÍ

PREPARACIONES SALADAS	DE LECHE	DE SOJA	DE GUI SANTES	DE HUEVO
Crema sabor pollo	SÍ	SÍ	-	-
Crema de verduras	SÍ	SÍ	-	-
Crema de champiñones	SÍ	SÍ	-	-
Sopa fría de espárragos y rúcula	SÍ	SÍ	-	-
Tortilla sabor queso	SÍ	-	-	SÍ
Tortilla a las finas hierbas	SÍ	-	-	SÍ
Tortilla sabor bacon	SÍ	-	-	SÍ
Puré de patatas	SÍ	-	-	-
Hamburguesa de verduras	-	SÍ	SÍ	SÍ
"Soufflé" de pescado	SÍ	-	-	SÍ
Crepes	SÍ	-	-	SÍ
Fusilli	-	SÍ	SÍ	SÍ
Sopa fría de tomate	SÍ	SÍ	-	-