

comida					
codComida	TipoComida	Comida(40)	kcal100	baja	opcion
324	Almuerzo	Sopa de lentejas	25	false	1
327	Almuerzo	Sopa de verduras	26	false	2
334	Almuerzo	Guiso de lentejas	52	false	3
335	Almuerzo	Sopa de pollo y verduras	60	false	4
336	Almuerzo	Ceviche de pescado	68	false	5
337	Almuerzo	Locro	69	false	6
338	Almuerzo	Sopa de pollo con arroz	78	false	7
339	Almuerzo	Lentejas con chorizo	85	false	1
340	Almuerzo	Arroz con pollo y verduras	99	false	2
301	Almuerzo	Sopa de fideos	100	false	3
302	Almuerzo	Arroz con pollo + ensalada lechuga	102	false	4
303	Almuerzo	Pollo dulce agrio de arroz	105	false	5
304	Almuerzo	Pure de calabaza c/ensalada pepino	109	false	6
305	Almuerzo	Arroz con verduras	111	false	7
306	Almuerzo	Tarta de arroz	116	false	1
307	Almuerzo	Panqueques de avena y banana	118	false	2
308	Almuerzo	Paella	120	false	3
309	Almuerzo	Espaguetis con tomate	129	false	4
310	Almuerzo	Mollejas de pollo c/ensalada mixta	168	false	5
311	Almuerzo	Lasaña	171	false	6
312	Almuerzo	Empanada de jamon y queso	178	false	7
313	Almuerzo	Pastel de carne c/ensalada verduras	179	false	1
314	Almuerzo	Lentejas con arroz	185	false	2
315	Almuerzo	Calabacín relleno c/carne res	187	false	3
316	Almuerzo	Puré de verduras c/carne mechada	195	false	4
317	Almuerzo	Ravioles de verdura	201	false	5
318	Almuerzo	Tarta de carne	204	false	6
319	Almuerzo	Carne asada c/ensalada tomate cebolla	230	false	7
320	Almuerzo	Pollo relleno c/ensalada pepino	235	false	1
321	Almuerzo	Sopa de tortilla	237	false	2
322	Almuerzo	Milanese de pollo c/ensalada verduras	246	false	3
323	Almuerzo	Sopa de pollo	246	false	4
325	Almuerzo	Caldo de pollo con verduras	250	false	5
326	Almuerzo	Empanada de pescado	256	false	6
328	Almuerzo	Empanada de carne al horno	293	false	7
329	Almuerzo	Carne con tomate	298	false	1
330	Almuerzo	Caldo de carne	323	false	2
331	Almuerzo	Empanada de carne c/ensalada lechuga	342	false	3
332	Almuerzo	Sopa de pollo con fideos	349	false	4
333	Almuerzo	Omelette c/ensalada tomate y cebolla	457	false	5
424	Cena	Sopa de lentejas	25	false	6
427	Cena	Sopa de verduras	26	false	7
434	Cena	Guiso de lentejas	52	false	1
435	Cena	Sopa de pollo y verduras	60	false	2

436	Cena	Ceviche de pescado	68	false	3
437	Cena	Locro	69	false	4
438	Cena	Sopa de pollo con arroz	78	false	5
439	Cena	Lentejas con chorizo	85	false	6
440	Cena	Arroz con pollo y verduras	99	false	7
401	Cena	Sopa de fideos	100	false	1
402	Cena	Arroz con pollo + ensalada lechuga	102	false	2
403	Cena	Pollo dulce agrio de arroz	105	false	3
404	Cena	Pure de calabaza c/ensalada pepino	109	false	4
405	Cena	Arroz con verduras	111	false	5
406	Cena	Tarta de arroz	116	false	6
407	Cena	Panqueques de avena y banana	118	false	7
408	Cena	Paella	120	false	1
409	Cena	Espaguetis con tomate	129	false	2
410	Cena	Mollejas de pollo c/ensalada mixta	168	false	3
411	Cena	Lasaña	171	false	4
412	Cena	Empanada de jamon y queso	178	false	5
413	Cena	Pastel de carne c/ensalada verduras	179	false	6
414	Cena	Lentejas con arroz	185	false	7
415	Cena	Calabacín relleno c/carne res	187	false	1
416	Cena	Puré de verduras c/carne mechada	195	false	2
417	Cena	Ravioles de verdura	201	false	3
418	Cena	Tarta de carne	204	false	4
419	Cena	Carne asada c/ensalada tomate cebolla	230	false	5
420	Cena	Pollo relleno c/ensalada pepino	235	false	6
421	Cena	Sopa de tortilla	237	false	7
422	Cena	Milanesa de pollo c/ensalada verduras	246	false	1
423	Cena	Sopa de pollo	246	false	2
425	Cena	Caldo de pollo con verduras	250	false	3
426	Cena	Empanada de pescado	256	false	4
428	Cena	Empanada de carne al horno	293	false	5
429	Cena	Carne con tomate	298	false	6
430	Cena	Caldo de carne	323	false	7
431	Cena	Empanada de carne c/ensalada lechuga	342	false	1
432	Cena	Sopa de pollo con fideos	349	false	2
433	Cena	Omelette c/ensalada tomate y cebolla	457	false	3
509	Colacion	Vaso de Leche de almendras	22	false	4
512	Colacion	Vaso de Leche de soja	36	false	5
513	Colacion	Vaso de Leche con avena	40	false	6
514	Colacion	1 Mandarina	53	false	7
515	Colacion	100 grs Melón verde	56	false	1
516	Colacion	1 Pera	57	false	2
517	Colacion	2 Kiwi verde	61	false	3
518	Colacion	1 Manzana	64	false	4
519	Colacion	1 Banana mediana	92	false	5
520	Colacion	150 ml Ensalada de frutas	97	false	6
501	Colacion	Vaso de Chocolate caliente	132	false	7

502	Colacion	200 grs Sandía	138	false	1
503	Colacion	Vaso de Leche light c/50 gr pasas uvas	141	false	2
504	Colacion	1 Durazno	144	false	3
505	Colacion	200 grs Uvas	144	false	4
506	Colacion	1 Naranja	147	false	5
507	Colacion	1 Pomelo	147	false	6
508	Colacion	1 Manzana verde	151	false	7
510	Colacion	1 Banana frita	252	false	1
511	Colacion	2 o 3 Higos, secos	270	false	2
601	Desayuno	Caldo de verduras	148	false	3
602	Desayuno	2 Huevos revueltos	155	false	4
603	Desayuno	Café con azúcar c/disco arroz	210	false	5
604	Desayuno	2 Huevos revueltos c/tostada	215	false	6
605	Desayuno	Cafe con leche c/pan tostado integral	240	false	7
606	Desayuno	Te Verde c/pan integral c/semillas	242	false	1
607	Desayuno	Café c/leche desc c/pan semillas	250	false	2
608	Desayuno	Sandwich de jamón tostado	255	false	3
609	Desayuno	Capuchino c/pan y queso	271	false	4
610	Desayuno	Café descafeinado c/pan tostado	299	false	5
611	Desayuno	Te Rojo c/pan blanco tostado	301	false	6
612	Desayuno	Té negro c/tostada mermelada	324	false	7
613	Desayuno	Yerba mate c/tostada light	325	false	1
614	Desayuno	Mate amargo c/tostada mermelada	330	false	2
615	Desayuno	2 Huevos revueltos c/discos arroz	355	false	3
616	Desayuno	Tortitas de arroz integral	383	false	4
617	Desayuno	Omelette	387	false	5
618	Desayuno	Té negro con leche c/factura	391	false	6
619	Desayuno	Mate cocido c/pan tostado integral	392	false	7
620	Desayuno	Omelette c/discos arroz	397	false	1
621	Desayuno	Omelette c/tostada light	407	false	2
622	Desayuno	Te con leche c/medialuna manteca	415	false	3
701	Merienda	Caldo de verduras	148	false	4
702	Merienda	2 Huevos revueltos	155	false	5
703	Merienda	Café con azúcar c/disco arroz	210	false	6
704	Merienda	2 Huevos revueltos c/tostada	215	false	7
705	Merienda	Cafe con leche c/pan tostado integral	240	false	1
706	Merienda	Te Verde c/pan integral c/semillas	242	false	2
707	Merienda	Café c/leche desc c/pan semillas	250	false	3
708	Merienda	Sandwich de jamón tostado	255	false	4
709	Merienda	Capuchino c/pan y queso	271	false	5
710	Merienda	Café descafeinado c/pan tostado	299	false	6
711	Merienda	Te Rojo c/pan blanco tostado	301	false	7
712	Merienda	Té negro c/tostada mermelada	324	false	1
713	Merienda	Yerba mate c/tostada light	325	false	2
714	Merienda	Mate amargo c/tostada mermelada	330	false	3
715	Merienda	2 Huevos revueltos c/discos arroz	355	false	4
716	Merienda	Tortitas de arroz integral	383	false	5

717	Merienda	Omelette	387	false	6
718	Merienda	Té negro con leche c/factura	391	false	7
719	Merienda	Mate cocido c/pan tostado integral	392	false	1
720	Merienda	Omelette c/discos arroz	397	false	2
721	Merienda	Omelette c/tostada light	407	false	3
722	Merienda	Te con leche c/medialuna manteca	415	false	4