



## MENU BASAL

DOMINGO 1 DE MAYO DE 2016

**FELIZ DIA DE LAS MADRES!!**

**-Apto para diabéticos-**

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
Energía: 290 Proteínas: 5,30 Hidratos: 51,28 Lípidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
Energía: 43,30 Proteínas: 0,62 Hidratos: 9,40 Lípidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	<b>LANGOSTINOS</b>
13:00-14:00	<i>SOPA DE MARISCO</i>
Energía: 982 Kcal. Proteínas: 44,5g Hidratos: 90g Lípidos: 64,7	<i>SEGUNDO: POLLO PEPITORIA CON PATATAS PANADERAS</i>
	<i>POSTRE: MELOCOTON CON HELADO Y BARQUILLO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
Energía: 290 Proteínas: 5,30 Hidratos: 51,28 Lípidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE ARROZ</i>
Energía: 865 Kcal. Proteínas: 43,25g Hidratos: 81,325g Lípidos: 40,408g	<i>SEGUNDO: JAMON SERRANO Y QUESO</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
11:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
Energía: 43,3 Proteínas: 0,62 Hidratos: 9,4 Lípidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

*Dr. Christian Edo. Rueda-Claisen*  
Colegio Médico Medellín 282860508  
UIS-COL.



## MENU OPCIONAL

DOMINGO 1 DE MAYO DE 2016

-Apto para diabéticos-

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN
Energía: 290 Proteínas: 5,30 Hidratos: 51,28 Lípidos: 6,47	GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	INGESTA DE LÍQUIDOS
Energía: 43,30 Proteínas: 0,62 Hidratos: 9,40 Lípidos: 0,20	ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	PRIMERO: VERDURA AL HORNO
Energía: 720 Kcal Proteínas: 47 Hidratos: 83 Lípidos: 21	SEGUNDO: LENGUADO AL HORNO POSTRE: YOGURT
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS
Energía: 290 Proteínas: 5,30 Hidratos: 51,28 Lípidos: 6,47	DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	PRIMERO: CALABACINES A LA PLANCHA
Energía: 180,20 Kcal. Proteínas: 2,27g Hidratos: 31,7g Lípidos: 4,2g	SEGUNDO: POLLO AL HORNO CON PATATAS AL VAPOR POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
11:30-00:00	INGESTA DE LÍQUIDOS
Energía: 43,30 Proteínas: 0,62 Hidratos: 9,40 Lípidos: 0,20	ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES

*Dr. Christian Edo. Rueda-Clasen*  
Colegio Médico Madrid 282890508  
UIS-COL.