

MENU BASAL

jueves, 12 de agosto de 2021



DESAYUNO	
09:30-10:00	DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN TOSTADA DE PAN BLANCO O PAN DE MOLDE, CON ACEITE DE OLIVA O TOMATE TRITURADO ALIÑADO FRUTA DEL TIEMPO
MEDIO DÍA	
12:00-12:45	INGESTA DE LÍQUIDOS ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA
COMIDA	
13:00-14:00	PRIMERO ENSALADA CAMPERA ☹️ 🐟 🍷
	SEGUNDO SALCHICHAS FRESCAS
	POSTRE FLAN DE QUESO ☹️ 🍷
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS Ó FRUTA
CENA	
19:00-20:00	PRIMERO CREMA DE VERDURAS 🍷 🥄
	SEGUNDO LENGUADO EN SALSA CON PIMIENTOS 🐟 🍷
	POSTRE FRUTA O YOGUR 🍷
MEDIA NOCHE	
11:30-00:00	INGESTA DE LÍQUIDOS ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES

VALORACIÓN NUTRICIONAL APROXIMADA							
MACRONUTRIENTES	DESAYUNO	MEDIO DÍA	COMIDA	MERIENDA	CENA	MEDIA NOCHE	TOTAL
Kcal	284	71	708	147	592	65	1867
Proteína g	11	2	30	3	40	1	87
HC g	34	16	68	20	67	14	219
HC Simp. g	11	16	31	9	27	14	108
Lípidos g	11	0	35	6	16	0	68
AGS g	3	0	11	3	3	0	20
Sal g	1	0	3	0	1	0	5

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202108BE01

ALÉRGENOS

☹️	🍷	🌾	🐌	🥒	🐟	🦀
Huevos	Leche	Gluten	Moluscos	Apio	Pescado	Crustáceos
🍷	🌾	🍷	🌾	🍷	🍷	🍷
Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Soja	Altramuces	Cacahuets	Frutos con cáscara

MENU OPCIONAL

jueves, 12 de agosto de 2021



DESAYUNO	
09:30-10:00	DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN TOSTADA DE PAN BLANCO O PAN DE MOLDE, CON ACEITE DE OLIVA O TOMATE TRITURADO ALIÑADO FRUTA DEL TIEMPO
MEDIO DÍA	
12:00-12:45	INGESTA DE LÍQUIDOS ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA
COMIDA	
13:00-14:00	PRIMERO BRÓCOLI REHOGADO
	SEGUNDO MERLUZA A LA MARINERA   
	POSTRE FLAN DE QUESO  
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS Ó FRUTA
CENA	
19:00-20:00	PRIMERO GUISANTES CON JAMÓN
	SEGUNDO VILLARROY         
	POSTRE FRUTA O YOGUR 
MEDIA NOCHE	
11:30-00:00	INGESTA DE LÍQUIDOS ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES

VALORACIÓN NUTRICIONAL APROXIMADA							
MACRONUTRIENTES	DESAYUNO	MEDIO DÍA	COMIDA	MERIENDA	CENA	MEDIA NOCHE	TOTAL
Kcal	284	71	577	147	883	65	2027
Proteína g	11	2	39	3	51	1	107
HC g	34	16	59	20	86	14	229
HC Simp. g	11	16	33	9	28	14	111
Lípidos g	11	0	18	6	35	0	70
AGS g	3	0	5	3	10	0	21
Sal g	1	0	2	0	3	0	6

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202108BE01

ALÉRGENOS

 Huevos	 Leche	 Gluten	 Moluscos	 Apio	 Pescado	 Crustáceos
 Mostaza	 Sésamo	 Sulfitos	 Soja	 Altramuces	 Cacahuets	 Frutos con cáscara