

MENU BASAL

jueves, 5 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 GAZPACHO ANDALUZ  
	SEGUNDO HUEVOS ROTOS CON JAMÓN 
	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 ZANAHORIA 
	SEGUNDO PESCADILLA A LA BILBAÍNA 
	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	970	147	537	65	2074
Proteína g	11	2	41	3	36	1	94
HC g	34	16	79	20	67	14	230
HC Simp. g	11	16	33	9	27	14	110
Lípidos g	11	0	53	6	12	0	82
AGS g	3	0	13	3	2	0	21
Sal g	1	0	5	0	2	0	8

*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, 5 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 ESPIRALES CON GAMBAS Y CHAMPIÑONES ☹ ☹ ☹
	SEGUNDO PALOMETA AL HORNO ☹ ☹
	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 ENSALADA CAPRESSE ☹
	SEGUNDO QUESO FRESCO, JAMÓN DE YORK Y MEMBRILLO ☹
	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	848	147	688	65	2103
Proteína g	11	2	55	3	39	1	111
HC g	34	16	98	20	68	14	250
HC Simp. g	11	16	34	9	39	14	123
Lípidos g	11	0	33	6	29	0	79
AGS g	3	0	12	3	15	0	33
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	Cacahuetes	Frutos con cáscara