

# MENU BASAL

jueves, 2 de septiembre 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	<b>PRIMERO</b> GAZPACHO ANDALUZ  
	<b>SEGUNDO</b> HUEVOS ROTOS CON JAMÓN 
	<b>POSTRE</b> 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	<b>PRIMERO</b> CREMA DE ZANAHORIA 
	<b>SEGUNDO</b> PESCADILLA A LA BILBAÍNA 
	<b>POSTRE</b> 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: 202109BE01

## ALÉRGENOS

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

# MENU OPCIONAL

jueves, 2 de septiembre 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	<b>PRIMERO</b> ESPIRALES CON GAMBAS Y CHAMPIÑONES      ☹ ☹ 🌿
	<b>SEGUNDO</b> PALOMETA AL HORNO      🐟 ⚡
	<b>POSTRE</b> 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	<b>PRIMERO</b> ENSALADA CAPRESSE      ☹
	<b>SEGUNDO</b> QUESO FRESCO, JAMÓN DE YORK Y MEMBRILLO      ☹
	<b>POSTRE</b> 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: 202109BE01

## ALÉRGENOS

☹	☹	🌿	🐌	🌿	🐟	☹
Huevos	Leche	Gluten	Moluscos	Apio	Pescado	Crustáceos
☹	🌿	☹	🌿	☹	☹	☹
Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Soja	Altramuces	Cacahuetes	Frutos con cáscara