

# MENU BASAL

viernes, 3 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> JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS ☞
	<b>SEGUNDO</b> POLLO ASADO AL LIMÓN ☞☞
	<b>POSTRE</b> FRUTA O YOGUR ☞
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS
CENA	
19:00-20:00	<b>PRIMERO</b> SOPA DE VERDURAS MALLORQUINA ☞☞
	<b>SEGUNDO</b> PASTEL DE PESCADO ☞☞☞
	<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	65	745	147	642	68	1951
Proteína g	11	1	43	3	25	5	88
HC g	34	14	79	20	71	7	225
HC Simp. g	11	14	23	9	24	7	88
Lípidos g	11	0	25	6	28	2	72
AGS g	3	0	7	3	8	1	22
Sal g	1	0	2	0	2	0	5

\*Esta estimación incluye pan.

RF: 202109BE01

### ALÉRGENOS

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

# MENU OPCIONAL

viernes, 3 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> COLIFLOR REHOGADA <b>SEGUNDO</b> LENGUADO AL HORNO GRATINADO ☹️ 🐠 🥛 <sup>802</sup> <b>POSTRE</b> FRUTA O YOGUR 🥛
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS
CENA	
19:00-20:00	<b>PRIMERO</b> ENSALADA DE PIMIENTOS ☹️ 🐠 🥛 <sup>802</sup> <b>SEGUNDO</b> CINTA DE LOMO AL AJILLO 🥛 <sup>802</sup> <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	65	642	147	682	68	1888
Proteína g	11	1	40	3	45	5	105
HC g	34	14	53	20	56	7	184
HC Simp. g	11	14	24	9	27	7	92
Lípidos g	11	0	28	6	29	2	76
AGS g	3	0	4	3	8	1	19
Sal g	1	0	2	0	2	0	5

\*Esta estimación incluye pan.

RF: 202109BE01

## ALÉRGENOS

☹️	🥛	🌾	🐌	🌱	🐠	🦀
Huevos	Leche	Gluten	Moluscos	Apio	Pescado	Crustáceos
🌿	🌱	🥛 <sup>802</sup>	🌱	🌱	🌱	🍎
Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Soja	Altramuces	Cacahuetes	Frutos con cáscara