

MENU BASAL

domingo, 12 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	PRIMERO CALDERETA DE PESCADO    
	SEGUNDO PAVO CON VERDURAS
	POSTRE MELOCOTÓN O FRESAS CON NATA 
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS
CENA	
19:00-20:00	PRIMERO SOPA DE MARAVILLA  
	SEGUNDO TORTILLA DE JAMÓN YORK CON QUESO 
	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	65	618	147	588	68	1770
Proteína g	11	1	53	3	39	5	112
HC g	34	14	61	20	64	7	200
HC Simp. g	11	14	25	9	20	7	86
Lípidos g	11	0	16	6	19	2	54
AGS g	3	0	2	3	6	1	15
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

MENU OPCIONAL

domingo, 12 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	PRIMERO REPOLLO REHOGADO SEGUNDO SALMÓN EN SALSA DE PUERROS ☞ ☞ ☞ POSTRE MELOCOTÓN O FRESAS CON NATA ☞
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS
CENA	
19:00-20:00	PRIMERO ENSALADA DE TOMATE SEGUNDO GALLINETA A LA BILBAINA ☞ 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	65	714	147	530	68	1808
Proteína g	11	1	35	3	39	5	94
HC g	34	14	49	20	55	7	179
HC Simp. g	11	14	25	9	24	7	90
Lípidos g	11	0	41	6	17	2	77
AGS g	3	0	13	3	3	1	23
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