

MENU BASAL

domingo, 19 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 ENSALADILLA ☞ ☞
	SEGUNDO POLLO ASADO AL LIMÓN ☞
	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 CEBOLLA ☞
	SEGUNDO TILAPIA A LA VIZCAINA ☞ ☞ ☞
	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	666	147	631	68	1861
Proteína g	11	1	30	3	45	5	95
HC g	34	14	58	20	79	7	212
HC Simp. g	11	14	19	9	29	7	89
Lípidos g	11	0	33	6	13	2	65
AGS g	3	0	6	3	2	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, 19 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 ACELGAS REHOGADAS SEGUNDO PALOMETA AL HORNO CON AJETES   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 CAPRESSE  SEGUNDO PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE          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	471	147	569	68	1604
Proteína g	11	1	33	3	24	5	77
HC g	34	14	52	20	73	7	200
HC Simp. g	11	14	20	9	33	7	94
Lípidos g	11	0	21	6	20	2	60
AGS g	3	0	4	3	8	1	19
Sal g	1	0	2	0	7	0	10

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202109BE01

ALÉRGENOS

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