

MENU BASAL

lunes, 20 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 ESPAGUETIS CON TOMATE Y ATÚN ☹️ 🌾 🐟 SEGUNDO LOMO DE CERDO CON SALSA DE PIÑA ☹️ POSTRE FRUTA O YOGUR 🥛
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 PARMENTIER 🥛 SEGUNDO REVUELTO DE GULAS Y GAMBAS ☹️ 🌾 🐟 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	891	147	616	68	2071
Proteína g	11	1	55	3	30	5	105
HC g	34	14	99	20	65	7	239
HC Simp. g	11	14	27	9	25	7	93
Lípidos g	11	0	28	6	25	2	72
AGS g	3	0	7	3	7	1	21
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

lunes, 20 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 SALTEADO SETAS
	SEGUNDO CAELLA AL AJILLO  
	POSTRE FRUTA O YOGUR 
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 PARMENTIER 
	SEGUNDO REVUELTO DE GULAS Y GAMBAS   
	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	415	147	884	68	1863
Proteína g	11	1	13	3	51	5	84
HC g	34	14	59	20	83	7	217
HC Simp. g	11	14	22	9	26	7	89
Lípidos g	11	0	12	6	37	2	68
AGS g	3	0	2	3	10	1	19
Sal g	1	0	1	0	5	0	7

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202109BE01

ALÉRGENOS

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

