

MENU BASAL

martes, 14 de diciembre 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 ESPINACAS A LA CREMA ☞
	SEGUNDO PASTEL DE CARNE ☞ ☞ ☞
	POSTRE 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	PRIMERO SOPA MINISTRONE ☞ ☞
	SEGUNDO PERCA A LA MARINERA ☞ ☞ ☞
	POSTRE FLAN ☞ ☞
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	863	147	863	65	2293
Proteína g	11	2	41	3	41	1	99
HC g	34	16	84	20	84	14	252
HC Simp. g	11	16	27	9	27	14	104
Lípidos g	11	0	39	6	39	0	95
AGS g	3	0	16	3	16	0	38
Sal g	1	0	1	0	1	0	3

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202112BE01

ALÉRGENOS

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

MENU OPCIONAL

martes, 14 de diciembre 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 ARROZ CALDOSO  
	SEGUNDO BACALAO REBOZADO    
	POSTRE 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	PRIMERO ENSALADA DE POLLO 
	SEGUNDO CHULETAS DE SAJONIA  
	POSTRE FLAN  
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	923	147	833	65	2323
Proteína g	11	2	58	3	58	1	133
HC g	34	16	106	20	65	14	255
HC Simp. g	11	16	22	9	40	14	112
Lípidos g	11	0	29	6	37	0	83
AGS g	3	0	4	3	10	0	20
Sal g	1	0	2	0	2	0	5

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202112BE01

ALÉRGENOS

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