

# MENU BASAL

viernes, 31 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	<b>PRIMERO</b> JUDÍAS PINTAS
	<b>SEGUNDO</b> RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS
	<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> LANGOSTINOS Y CREMA DE ALMENDRAS
	<b>SEGUNDO</b> PASTEL BELLAESCUSA
	<b>POSTRE</b> TARTA, SIDRA Y UVAS
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	913	147	1044	68	2521
Proteína g	11	1	55	3	33	5	108
HC g	34	14	85	20	107	7	267
HC Simp. g	11	14	30	9	35	7	106
Lípidos g	11	0	34	6	50	2	103
AGS g	3	0	9	3	9	1	25
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	Cacahuetes	Frutos con cáscara

# MENU OPCIONAL

viernes, 31 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	<b>PRIMERO</b> ESPINACAS SALTEADAS
	<b>SEGUNDO</b> BACALAO CON TOMATE
	<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> JAMÓN SERRANO Y QUESO MANCHEGO
	<b>SEGUNDO</b> CHULETAS DE CORDERO
	<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	487	147	1025	68	2076
Proteína g	11	1	31	3	56	5	107
HC g	34	14	57	20	56	7	188
HC Simp. g	11	14	28	9	30	7	99
Lípidos g	11	0	14	6	62	2	95
AGS g	3	0	2	3	29	1	38
Sal g	1	0	1	0	6	0	8

\*Esta estimación incluye pan.

RF: 202112BE01

## ALÉRGENOS

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