

MENU BASAL

martes, 25 de enero de 2022



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 QUESO ☹️ 🍷 🌿
	SEGUNDO MUSLITOS DE POLLO ESTOFADOS 🍷 ^{SO2}
	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 CREMA DE PUERROS 🍷
	SEGUNDO PESCADILLA EN SALSA VERDE 🐟 🍷 ^{SO2}
	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	818	147	818	65	2203
Proteína g	11	2	43	3	43	1	103
HC g	34	16	95	20	95	14	274
HC Simp. g	11	16	23	9	23	14	96
Lípidos g	11	0	28	6	28	0	73
AGS g	3	0	8	3	8	0	22
Sal g	1	0	1	0	1	0	3

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202201BE01

ALÉRGENOS

☹️	🍷	🌿	🐌	🍷	🐟	🦀
Huevos	Leche	Gluten	Moluscos	Apio	Pescado	Crustáceos
🍷	🍷 ^{SO2}	🍷	🌿	🍷 ^{SO2}	🍷	🍷
Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Soja	Altramuces	Cacahuetes	Frutos con cáscara



MENU OPCIONAL

martes, 25 de enero de 2022



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 PARRILLADA DE VERDURAS
	SEGUNDO BACALAO A LA BILBAINA
	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 LACÓN AL HORNO
	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	561	147	756	65	1884
Proteína g	11	2	44	3	54	1	115
HC g	34	16	58	20	62	14	204
HC Simp. g	11	16	27	9	39	14	116
Lípidos g	11	0	16	6	33	0	66
AGS g	3	0	2	3	9	0	17
Sal g	1	0	1	0	4	0	6

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202201BE01

ALÉRGENOS

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

