

# MENU BASAL

miércoles, 27 de abril 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	<b>PRIMERO</b> SOPA DE COCIDO ☹️ 🌿
	<b>SEGUNDO</b> COCIDO COMPLETO 🍲
	<b>POSTRE</b> MANZANA ASADA
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> CREMA DE CALABACIN 🍲
	<b>SEGUNDO</b> CALAMARES CON AROS DE CEBOLLA ☹️ 🍷 🌿 🍄 🥔 🍌 🐟 🍷 🥛 🍌
	<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	926	147	724	68	2214
Proteína g	11	1	43	3	34	5	97
HC g	34	14	105	20	94	7	274
HC Simp. g	11	14	30	9	26	7	97
Lípidos g	11	0	34	6	23	2	76
AGS g	3	0	10	3	6	1	23
Sal g	1	0	2	0	2	0	5

\*Esta estimación incluye pan.

RF: 202204BE01

## ALÉRGENOS

☹️	🍷	🌿	🍄	🍌	🐟	🍷
Huevos	Leche	Gluten	Moluscos	Apio	Pescado	Crustáceos
🍷	🍌	🍷	🌿	🍌	🍷	🍷
Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Soja	Altramuces	Cacahuetes	Frutos con cáscara

# MENU OPCIONAL

miércoles, 27 de abril 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	<b>PRIMERO</b> RATATOUILLE
	<b>SEGUNDO</b> MUSLITOS DE CANGREJO
	<b>POSTRE</b> MANZANA ASADA
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> CREMA DE CALABACIN
	<b>SEGUNDO</b> CALAMARES CON AROS DE CEBOLLA
	<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	652	147	683	68	1899
Proteína g	11	1	17	3	47	5	84
HC g	34	14	84	20	53	7	212
HC Simp. g	11	14	32	9	24	7	97
Lípidos g	11	0	27	6	30	2	76
AGS g	3	0	3	3	8	1	18
Sal g	1	0	1	0	2	0	4

\*Esta estimación incluye pan.

RF: 202204BE01

## ALÉRGENOS

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