

MENU BASAL

domingo, 22 de mayo 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 COLIFLOR CON ACEITE Y VINAGRE ☞
	SEGUNDO PAVO CON VERDURAS
	POSTRE MELOCOTÓN O FRESAS CON NATA ☞
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 DE MARAVILLA ☞ ☞
	SEGUNDO TORTILLA DE JAMÓN YORK CON QUESO ☞ ☞ ☞
	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	456	147	532	68	1552
Proteína g	11	1	29	3	32	5	81
HC g	34	14	50	20	56	7	181
HC Simp. g	11	14	25	9	14	7	80
Lípidos g	11	0	14	6	19	2	52
AGS g	3	0	2	3	6	1	15
Sal g	1	0	1	0	3	0	5

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202205BE01

ALÉRGENOS

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

MENU OPCIONAL

domingo, 22 de mayo 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 LENTEJAS ESTOFADAS  
	SEGUNDO SALMÓN EN SALSA DE PUERROS   
	POSTRE MELOCOTÓN O FRESAS CON NATA 
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 TOMATE
	SEGUNDO EMPANADA ATÚN        
	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	1033	147	637	68	2234
Proteína g	11	1	56	3	19	5	95
HC g	34	14	76	20	73	7	224
HC Simp. g	11	14	22	9	15	7	78
Lípidos g	11	0	53	6	29	2	101
AGS g	3	0	17	3	1	1	25
Sal g	1	0	3	0	1	0	5

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202205BE01

ALÉRGENOS

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