

MENU BASAL

lunes, 23 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 MARMITAKO |
| | SEGUNDO MUSLITOS DE POLLO A LA NARANJA |
| | POSTRE FRUTA O YOGUR |
| MERIENDA | |
| 16:30-17:30 | INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS Ó FRUTA |
| CENA | |
| 19:00-20:00 | PRIMERO SOPA DE ARROZ |
| | SEGUNDO PERCA EN SALSA |
| | 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 | 591 | 147 | 342 | 68 | 1497 |
| Proteína g | 11 | 1 | 42 | 3 | 10 | 5 | 72 |
| HC g | 34 | 14 | 63 | 20 | 58 | 7 | 196 |
| HC Simp. g | 11 | 14 | 20 | 9 | 14 | 7 | 75 |
| Lípidos g | 11 | 0 | 16 | 6 | 6 | 2 | 41 |
| AGS g | 3 | 0 | 3 | 3 | 1 | 1 | 11 |
| Sal g | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 |

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202205BE01

ALÉRGENOS






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



MENU OPCIONAL

lunes, 23 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 ALCACHOFAS SALTEADAS |
| | SEGUNDO MERLUZA EN SALSAS VERDES   |
| | POSTRE FRUTA O YOGUR  |
| MERIENDA | |
| 16:30-17:30 | INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS Ó FRUTA |
| CENA | |
| 19:00-20:00 | PRIMERO ENSALADA CÉSAR   |
| | SEGUNDO SAN JACOBO          |
| | 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 | 569 | 147 | 811 | 68 | 1944 |
| Proteína g | 11 | 1 | 44 | 3 | 35 | 5 | 99 |
| HC g | 34 | 14 | 48 | 20 | 80 | 7 | 203 |
| HC Simp. g | 11 | 14 | 21 | 9 | 25 | 7 | 87 |
| Lípidos g | 11 | 0 | 15 | 6 | 38 | 2 | 72 |
| AGS g | 3 | 0 | 2 | 3 | 10 | 1 | 19 |
| Sal g | 1 | 0 | 1 | 0 | 4 | 0 | 6 |

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202205BE01

ALÉRGENOS

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

