

# MENU BASAL

jueves, 26 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	<b>PRIMERO</b> PISTO <b>SEGUNDO</b> PATATAS A LO POBRE CON HUEVO Y CHORIZO <b>POSTRE</b> FLAN DE QUESO
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	<b>PRIMERO</b> SOPA DE VERDURAS MALLORQUINA <b>SEGUNDO</b> TILAPIA A LA VIZCAINA <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	71	736	147	544	65	1847
Proteína g	11	2	27	3	46	1	90
HC g	34	16	51	20	63	14	198
HC Simp. g	11	16	10	9	16	14	76
Lípidos g	11	0	46	6	10	0	73
AGS g	3	0	16	3	2	0	24
Sal g	1	0	4	0	2	0	7

\*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

jueves, 26 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	<b>PRIMERO</b> ARROZ CALDOSO DE CARNE <b>SEGUNDO</b> LENGUADO AL HORNO GRATINADO ☹️ 🐟 🥛 <b>POSTRE</b> FLAN DE QUESO ☹️ 🥛
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	<b>PRIMERO</b> SALTEADO CHAMPIÑÓN <b>SEGUNDO</b> FILETE DE POLLO EMPANADO ☹️ 🥛 🌿 🥑 🥔 🥕 🐟 🥛 🥛 <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	71	1084	147	493	65	2144
Proteína g	11	2	57	3	13	1	87
HC g	34	16	82	20	47	14	213
HC Simp. g	11	16	10	9	14	14	74
Lípidos g	11	0	57	6	27	0	101
AGS g	3	0	18	3	3	0	27
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