

MENU BASAL

sábado, 25 de junio 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 O CHURROS FRUTA DEL TIEMPO
MEDIO DÍA	
12:00-12:45	INGESTA DE LÍQUIDOS ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA
COMIDA	
13:00-14:00	PRIMERO SALMOREJO
	SEGUNDO PAELLA MIXTA
	POSTRE TARTA
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 CASTELLANA
	SEGUNDO LACÓN A LA GALLEGA
	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	71	771	147	544	65	1882
Proteína g	11	2	30	3	37	1	84
HC g	34	16	99	20	58	14	241
HC Simp. g	11	16	18	9	15	14	83
Lípidos g	11	0	27	6	18	0	62
AGS g	3	0	7	3	4	0	17
Sal g	1	0	2	0	5	0	8

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202206BE01

ALÉRGENOS

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

MENU OPCIONAL

sábado, 25 de junio 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 O CHURROS FRUTA DEL TIEMPO
MEDIO DÍA	
12:00-12:45	INGESTA DE LÍQUIDOS ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA
COMIDA	
13:00-14:00	<p>PRIMERO BRÓCOLI A LA CREMA </p> <p>SEGUNDO COSTILLAS ASADAS CON PATATAS PANADERAS </p> <p>POSTRE TARTA         </p>
MERIENDA	
16:30-17:30	INGESTA DE LÍQUIDOS DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS
CENA	
19:00-20:00	<p>PRIMERO ENSALADA DE RUCULA  </p> <p>SEGUNDO VARITAS DE MERLUZA </p> <p>POSTRE FRUTA O YOGUR </p>
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	1046	147	564	65	2177
Proteína g	11	2	43	3	18	1	78
HC g	34	16	69	20	37	14	190
HC Simp. g	11	16	20	9	14	14	84
Lípidos g	11	0	63	6	37	0	117
AGS g	3	0	24	3	5	0	35
Sal g	1	0	1	0	1	0	3

*Esta estimación incluye pan.

RF: 202206BE01

ALÉRGENOS

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