

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DINAR	Lentejas jardinera	Fideos a la cazuela	Patatas estofadas con carne	Sopa	Macarrones a la boloñesa	Coliflor rehogada con pasas y piñones	Paella mixta
	Judía verde y patata	Brócoli con patata y bacon	Guisantes salteados con jamón	Arroz jardinera	Espinacas y zanahoria	Acelga y patata	Ensalada de la casa
	Hamburguesa de ternera con cebolla caramelizada	Pimientos del piquillo relleno de pescado con zanahorias salteadas	Pollo empanado casero con lechuga, tomate y cebolla	Bollit -	Bacalao gratinado con allioli de pimientos con menestra	Lomo con sobrasada y miel con patata	Pescado de mercado plancha/horno con tomate al horno
	Boqueron rebozado con ensalada	Lomo asado con verduritas	Caella al horno con ensalada	Cola de rape al horno con patata	Salchichas al vino	Marrajo a la plancha con verduras	Pollo a la plancha con pimiento
	Fruta del tiempo	Macedonia de frutas	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Postre lácteo	Postre lácteo	Postre casero
SOPAR	Sopa de cebolla	Crema de zanahoria	Crema de calabacín	Judía verde con guisantes y jamón	Puré de verdura de temporada	Crema de ave	Sopa minestrone con pasta
	Crema de puerro	Sopa de picadillo	Sopa de ave y pistones	Crema de apio y manzana	Sopa de caldo y estrellas	Sopa de la abuela	Menestra de verduras
	Huevos en salsa verde con arroz blanco	Croquetas de pollo con tomate aliñado	Merluza plancha con ajo y perejil con brócoli y zanahoria	Empanada de atún -	Pechuga de pollo a las finas hierbas con chips de berenjena	Pa amb oli y embutidos variados	Tortilla de queso con calabacín al horno
	Jamón al horno	Bacalao al horno con ensalada	Tortilla francesa con tomate asado	Pavo a la plancha con tomate al horno	Huevos gratinados con tomate	Croquetas de champiñones con ensalada	Rabas a la andaluza caseras con ensalada
	Yogur	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo

Responsable Sanitario del Centro:

Dietista Nutricionista Ausolan:

Joana Cardell
MohrCol.núm.CAT000770

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DINAR	Fideos a la mallorquina	Judías con verduras	Macarrones a la boloñesa	Pisto de verduras	Garbanzos estofados	Sopas mallorquinas	Arroz a la marinera
	Col y patata	Calabacín y tomate al horno	Acelgas y patata	Crema de legumbres	Espinacas y patata	Brócoli salteado con jamón	Parrillada de verduras
	Pollo al horno	Guisado de ternera	Limanda a la menier	Huevos fritos	Pescado de mercado	Ragout de pavo con verduras	Cabeza de lomo asado
	con berenjena	con zanahoria	con lechuga, tomate y aceituna	con patatas fritas	con pisto	-	con champiñones
	Surtido de croquetas con ensalada	Abadejo a la plancha	Contramuslo de pollo con zanahoria	Lomo a la plancha con ajo y perejil y patatas	Hamburguesa de ternera con cebolla caramelizada	Marrajo al horno con verduras	Calamares a la andaluza caseros con ensalada
	Fruta del tiempo	Macedonia de frutas	Fruta del tiempo	Postre lácteo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Postre casero
SOPAR	Crema de espárragos	Pan cuit	Crema de espinacas y queso	Sopa de pescado	Sopa de la abuela	Crema de verduras con berenjena	Puré de verdura de temporada
	Sopa de tropezones	Crema de ave	Sopa reina	Coliflor, brócoli y zanahoria	Crema de calabacín	Sopa de caldo con cabello de angel	Sopa juliana
	Merluza en salsa verde	Revuelto de judías verdes, champiñones y	Lomo sajonia	Salchichas al vino	Coca mallorquina	Pa amb oli	Tortilla de bacalao
	con guisantes	con tomate al horno	con calabacín salteado	con pimiento	-	y jamón	con lechuga, tomate y maíz
	Rollitos de jamón y queso con ensalada	Lomo asado con rodajas de tomate	Cazón al horno con verduras	Merluza al horno con pimiento	Tortilla de queso con ensalada	Pa amb oli y embutidos variados	Pavo a la plancha con tomillo y limón
	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta del tiempo	Yogur	Postre lácteo	Fruta del tiempo

Responsable Sanitario del
Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell
MohrCol.núm.CAT000770

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DINAR	Burballes	Lentejas estofadas	Coliflor gratinada con bechamel	Cazuela de huevos	Crema de legumbre	Tumbet mallorquín	Arròs brut
	Menestra de verduras	Espinacas y patata	Pasta salteada con verduras	Calabacín al horno	Brócoli y patata	Guisantes salteados con jamón	Ensalada mixta
	Pollo al ajillo con chips de berenjena	Calamares a la mallorquina -	Ragout de ternera con patata parisina	Atún encebollado con calabacín salteado	Lomo con col -	Pescado de mercado con lechuga, tomate y cebolla	Carrilleras al vino tinto con verduras
	Abadejo a la plancha	Lomo asado con ensalada	Caella a la plancha con patata parisina	Salchichas con patatas	Merluza con ajo y prejil	Tiras de pollo crujiente con ensalada	Cola de rape con verduras
	Yogur	Yogur	Fruta del tiempo	Postre lácteo	Fruta del tiempo	Tarta	Postre casero
SOPAR	Crema de puerro	Sopa castellana	Sopa de picadillo	Crema de zanahoria y boniato	Sopa de ave y pistones	Sopa de pescado	Crema de calabacín
	Sopa de arroz	Crema de champiñones	Judía verde y patata	Sopa de fideos	Crema de calabaza	Crema de apio y manzana	Sopa de cebolla
	Merluza a la plancha con brócoli y zanahoria	Tortilla de calabacín con tomate a la provenzal	Bacalao al horno con patata	Huevos gratinados con bechamel con lechuga, tomate y aceituna	Cocarrois -	Pan de payés / Pan de molde con sobrasada	Tortilla de patata con verduras
	Jamón al horno con brócoli y zanahoria	Buñuelos de bacalao con tomate provenzal	Chuleta de pavo a la plancha	Muslitos de pollo con champiñones	Sandwich de atún	Hamburguesa mixta con ensalada	Merluza a la andaluza casera con rodajas de tomate
	Fruta del tiempo	Macedonia de frutas	Yogur	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo

Responsable Sanitario del
Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell
MohrCol.núm.CAT000770

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DINAR	Fideua	Judías escaldinas	Arroz caldoso con champiñones y butifarrón	Brócoli con jamón	Alubias pintas estofadas	Sopa de arroz	Canelones gratinados
	Coliflor y patata	Acelgas y patata	Calabacín y tomate al horno	Crema de puerro y queso	Col y patata	Crema de legumbres	Fideuà
	Escaldum de pavo con verduras	Albóndigas de ternera a la jardinera	Raols de peix	Huevos fritos	Pescado de mercado	Frito mallorquín	Pollo a la naranja
	-	-	con calabacín al horno	con patatas fritas	con samfaina	-	con zanahoria
	Abadejo a la plancha con ensalada	Bacalao al horno con verduras	Contramuslo de pollo al horno con ensalada	Lomo asado con patatas fritas	Hamburguesa mixta con verduras	Calamar encebollado	Salmón con verduras
	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta del tiempo	Yogur	Postre lácteo	Postre casero
SOPAR	Sopa de verdura	Crema de champiñones	Sopa de cebolla	Crema de espárragos	Sopa maravilla	Puré de verdura de temporada	Crema de calabaza
	Crema de calabacín	Sopa de caldo y estrellas	Crema de zanahoria y patata	Sopa de ave y fideos	Sopa de tropezones	Judía verde salteada	Sopa de caldo con cabello de angel
	Merluza al horno	Tortilla francesa	Sandwich de jamón y queso	Bacalao a la mallorquina	Croquetas de jamón	Tortilla de patata	Pa amb oli
	con patatas	con jamón	con lechuga, tomate y aceituna	-	con tomate aliñado	con pimiento verde	y atún
	Lomo adobado con patatas	Pavo a la plancha con tomate al horno	Cazón al horno con ajo y perejil	Muslitos de pollo al horno con ensalada	Tortilla de champiñones con ensalada	Pan de payés con sobrasada	Flamequines con ensalada
	Fruta del tiempo	Macedonia de frutas	Fruta del tiempo	Postre lácteo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo

Responsable Sanitario del
Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell
MohrCol.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con con mermelada y mantequilla				70	Pan con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensaïmada				80
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Lentejas jardinera				200	Fideos a la cazuela				200	Patatas estofadas con carne				200	Sopa				200	Macarrones a la boloñesa				200	Coliflor rehogada con pasas y piñones				200	Paella mixta				200
	Hamburguesa de ternera con cebolla caramelizada				90 30	Pimientos del piquillo relleno de pescado con zanahorias salteadas				120 50	Pollo empanado casero con lechuga, tomate y cebolla				90 50	Bollit				150 -	Bacalao gratinado con all i oli de pimientos con menestra				150 50	Lomo con sobrasada y miel con patata				80-90 50	Pescado de mercado plancha/horno con tomate al horno				100-110 50
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Postre lácteo				125	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	92	27	45	786		99	28	28	755		91	40	38	868		82	18	41	662		106	29	45	867		83	42	39	862		109	20	45	805	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPAR	Sopa de cebolla				200	Crema de zanahoria				200	Crema de calabacín				200	Judía verde con guisantes y jamón				200	Puré de verdura de temporada				200	Crema de ave				200	Sopa minestrone con pasta				200
	Huevos en salsa verde con arroz blanco				110 60	Croquetas de pollo con tomate aliñado				90 50	Merluza plancha con ajo y perejil con brócoli y zanahoria				110 50	Empanada de atún				160 -	Pechuga de pollo a las finas hierbas con chips de berenjena				80-90 50	Pa amb oli y embutidos variados				60 80	Tortilla de queso con calabacín al horno				120 50
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	79	16	31	585		71	33	28	697		68	21	30	583		79	26	27	665		84	22	31	661		70	29	19	611		50	39	30	672	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	307	58	106	2163		310	84	81	2313		297	81	99	2291		309	58	91	2123		325	70	111	2367		298	96	82	2369		304	90	99	2408	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con con mermelada y mantequilla				70	Pan con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensaïmada				80
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Fideos a la mallorquina				200	Judías con verduras				200	Macarrones a la boloñesa				200	Pisto de verduras				200	Garbanzos estofados				200	Sopas mallorquinas				200	Arroz a la marinera				200
	Pollo al horno con berenjena				150 50	Guisado de ternera con zanahoria				150 50	Limanda a la menier con lechuga, tomate y aceituna				100 50	Huevos fritos con patatas fritas				120 50	Pescado de mercado con pisto				100-110 50	Ragout de pavo con verduras				150 -	Cabeza de lomo asado con champiñones				80-90 50
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	92	31	52	857		95	18	66	806		102	35	37	887		82	33	31	749		115	17	40	776		76	18	34	616		110	24	41	816	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				125	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPAR	Crema de espárragos				200	Pan cuit				200	Crema de espinacas y queso				200	Sopa de pescado				200	Sopa de la abuela				200	Crema de verduras con berenjena				200	Puré de verdura de temporada				200
	Merluza en salsa verde con guisantes				110 50	Revuelto de judías verdes, champiñones y gambas con tomate al horno				120 50	Lomo sajonia con calabacín salteado				80-90 50	Salchichas al vino con pimiento				90 50	Coca mallorquina				125 -	Pa amb oli y jamón				60 50	Tortilla de bacalao con lechuga, tomate y maíz				120 50
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Postre lácteo				125	Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	68	23	34	622		59	24	32	575		57	25	37	601		70	29	23	636		59	24	15	514		99	21	32	716		65	28	28	620	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	297	70	116	2271		294	66	122	2242		297	80	105	2328		300	76	78	2180		309	60	91	2129		320	64	90	2228		320	82	93	2368	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESWORIZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con con mermelada y mantequilla				70	Pan con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensaïmada				80
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Burballes				200	Lentejas estofadas				200	Coliflor gratinada con bechamel				200	Cazuela de huevos				200	Crema de legumbre				200	Tumbet mallorquín				200	Arròs brut				200
	Pollo al ajillo con chips de berenjena				150 50	Calamares a la mallorquina				110 -	Ragout de ternera con patata parisina				80-90 50	Atún encebollado con calabacín salteado				150 50	Lomo con col				140 -	Pescado de mercado con lechuga, tomate y cebolla				100-110 50	Carrilleras al vino tinto con verduras				150 50
	Yogur				125	Yogur				125	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Fruta del tiempo				150	Tarta				60	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	90	40	58	957		90	24	53	801		82	24	53	755		68	58	30	811		83	27	45	752		101	34	31	821		113	33	29	883	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPAR	Crema de puerro				200	Sopa castellana				200	Sopa de picadillo				200	Crema de zanahoria y boniato				200	Sopa de ave y pistones				200	Sopa de pescado				200	Crema de calabacín				200
	Merluza a la plancha con brócoli y zanahoria				100-110 50	Tortilla de calabacín con tomate a la provenzal				120 50	Bacalao al horno con patata				100-110 50	Huevos gratinados con bechamel con lechuga, tomate y aceituna				120 50	Cocarros				125 -	Pan de payés / Pan de molde con sobrasada				60 80	Tortilla de patata con verduras				120 50
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Yogur				125	Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	72	19	27	566		69	23	40	640		70	21	31	536		83	34	27	764		71	28	14	595		75	22	18	574		86	29	25	705	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	299	74	115	2315		301	71	118	2302		290	64	115	2130		300	108	80	2372		289	74	95	2187		322	81	73	2292		345	93	78	2520	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con con mermelada y mantequilla				70	Pan con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensaïmada				80
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Fideua				200	Judías escaldinas				200	Arroz caldoso con champiñones y butifarrón				200	Brócoli con jamón				200	Alubias pintas estofadas				200	Sopa de arroz				200	Canelones gratinados				120
	Escaldum de pavo con verduras				150	Albóndigas de ternera a la jardinera				150	Raoles de peix con calabacín al horno				100 50	Huevos fritos con patatas fritas				120 50	Pescado de mercado con samfaina				100-110 50	Frito mallorquín				150	Pollo a la naranja con zanahoria				100 50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Postre lácteo				125	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	82	30	47	798		78	33	53	826		101	29	38	820		75	33	34	732		77	29	51	770		108	27	32	803		91	21	56	813	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPAR	Sopa de verdura				200	Crema de champiñones				200	Sopa de cebolla				200	Crema de espárragos				200	Sopa maravilla				200	Puré de verdura de temporada				200	Crema de calabaza				200
	Merluza al horno con patatas				100-110 50	Tortilla francesa con jamón				120 50	Sandwich de jamón y queso con lechuga, tomate y aceituna				100 50	Bacalao a la mallorquina				150 -	Croquetas de jamón con tomate aliñado				90 50	Tortilla de patata con pimiento verde				120 50	Pa amb oli y atún				60 60
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	74	16	25	560		69	25	34	646		74	24	23	604		83	22	36	675		75	23	22	605		84	30	27	708		75	22	27	610	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	292	62	102	2152		288	82	111	2332		313	73	92	2263		307	69	94	2203		287	71	109	2215		337	82	83	2407		312	74	107	2354	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Pan con aceite y fiambre de pavo	90	Pan con mermelada sin azúcar y mantequilla	70	Pan con aceite y jamón cocido con queso	90	Galletas sin azúcar	40	Pan con tomate y jamón serrano	90	Repostería sin azúcar	40	Repostería sin azúcar	40
	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Hc 61 Lip 5 Prot 17 Kcal 363		Hc 61 Lip 13 Prot 11 Kcal 411		Hc 64 Lip 9 Prot 18 Kcal 410		Hc 65 Lip 6 Prot 11 Kcal 360		Hc 60 Lip 8 Prot 22 Kcal 410		Hc 61 Lip 10 Prot 10 Kcal 377		Hc 61 Lip 10 Prot 10 Kcal 377	
DINAR	Lentejas jardinera	200	Fideos a la cazuela ^{HC}	150	Patatas estofadas con carne ^{HC}	150	Sopa	200	Macarrones a la boloñesa ^{HC}	150	Coliflor rehogada con pasas y piñones	200	Paella mixta ^{HC}	150
	Hamburguesa de ternera	90	con brandada de bacalao	120	Pollo a la plancha	80-90	Bollit	150	Bacalao gratinado con all i oli de pimientos	150	Lomo a la plancha	80-90	Pescado de mercado plancha/horno	100-110
	con cebolla caramelizada	30	con verdura salteada	50	con lechuga, tomate y cebolla	50	-	-	con menestra	50	con patata	50	con tomate al horno	50
	Fruta del tiempo	150	Macedonia de frutas	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Postre lácteo desnatado	125	Postre lácteo sin azúcar	125	Postre para diabéticos	125
	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40
	Hc 92 Lip 27 Prot 45 Kcal 786		Hc 86 Lip 23 Prot 25 Kcal 654		Hc 71 Lip 25 Prot 33 Kcal 646		Hc 82 Lip 18 Prot 41 Kcal 662		Hc 80 Lip 25 Prot 44 Kcal 732		Hc 64 Lip 37 Prot 37 Kcal 731		Hc 80 Lip 18 Prot 42 Kcal 664	
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Galletas sin azúcar	40	Galletas sin azúcar	40	Galletas sin azúcar	40	Galletas sin azúcar	40	Galletas sin azúcar	40	Galletas sin azúcar	40	Galletas sin azúcar	40
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272	
SOPANAR	Sopa de cebolla	200	Crema de zanahoria	200	Crema de calabacín	200	Judía verde con guisantes y jamón	200	Puré de verdura de temporada	200	Crema de ave	200	Sopa minestrone con pasta	200
	Huevos en salsa verde	110	Pollo a la plancha	80-90	Merluza plancha con ajo y perejil	110	Empanada de atún	160	Pechuga de pollo a las finas hierbas	80-90	Pa amb oli	60	Tortilla de queso	120
	con arroz blanco	50	con tomate aliñado	50	con brócoli y zanahoria	50	-	-	con ensalada	50	y embutidos variados	80	con calabacín al horno	50
	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40
	Hc 61 Lip 19 Prot 30 Kcal 540		Hc 61 Lip 20 Prot 33 Kcal 554		Hc 68 Lip 21 Prot 30 Kcal 583		Hc 65 Lip 22 Prot 27 Kcal 577		Hc 74 Lip 19 Prot 30 Kcal 593		Hc 70 Lip 29 Prot 19 Kcal 611		Hc 64 Lip 24 Prot 31 Kcal 600	
TOTAL	Hc 257 Lip 56 Prot 102 Kcal 1961		Hc 251 Lip 62 Prot 79 Kcal 1891		Hc 245 Lip 61 Prot 91 Kcal 1911		Hc 255 Lip 52 Prot 89 Kcal 1871		Hc 257 Lip 59 Prot 106 Kcal 2006		Hc 237 Lip 82 Prot 75 Kcal 1990		Hc 248 Lip 58 Prot 93 Kcal 1912	

Nota: Los platos ricos en hidratos de carbono se deben servir en ración de menor gramaje (150g), estos platos están marcados con la señal ^{HC}

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con mermelada sin azúcar y mantequilla				70	Pan con aceite y jamón cocido con queso				90	Galletas sin azúcar				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Repostería sin azúcar				40	Repostería sin azúcar				40
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	61	5	17	363		61	13	11	411		64	9	18	410		65	6	11	360		60	8	22	410		61	10	10	377		61	10	10	377	
DINAR	Fideos a la mallorquin HC				150	Judías con verduras HC				150	Macarrones a la boloñesa HC				150	Pisto de verduras				200	Garbanzos estofados HC				150	Sopas mallorquinas				200	Arroz a la marinera HC				150
	Pollo al horno con berenjena				150 50	Guisado de ternera con zanahoria				150 50	Limanda a la menier con lechuga, tomate y aceituna				100 50	Huevos fritos con patatas fritas				120 50	Pescado de mercado con pisto				100-110 50	Ragout de pavo con verduras				150 -	Cabeza de lomo asado con champiñones				80-90 50
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo desnatado				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Postre para diabéticos				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	80	26	49	755		83	17	61	727		89	32	33	792		68	33	34	709		88	17	35	672		76	18	34	616		79	22	41	690	
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400
	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272	
SOPANR	Crema de espárragos				200	Pan cuít				200	Crema de espinacas y queso				200	Sopa de pescado				200	Sopa de la abuela				200	Crema de verduras con berenjena				200	Puré de verdura de temporada				200
	Merluza en salsa verde con guisantes				110 50	Revuelto de judías verdes, champiñones y gambas con tomate al horno				120 50	Lomo sajonia con calabacín salteado				80-90 50	Salchichas al vino con pimiento				90 50	Coca mallorquina				125 -	Pa amb oli y jamón				60 50	Tortilla de bacalao con lechuga, tomate y maíz				120 50
	Yogur desnatado				125	Yogur desnatado				125	Yogur desnatado				125	Fruta del tiempo				150	Yogur desnatado				125	Postre lácteo desnatado				125	Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	68	23	34	622		59	24	32	575		57	25	37	601		70	29	23	636		59	24	15	514		85	21	34	676		65	28	28	620	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	253	61	109	2012		246	59	114	1984		253	72	98	2075		245	74	78	1976		250	55	83	1867		265	54	88	1940		248	66	89	1959	

Nota: Los platos ricos en hidratos de carbono se deben servir en ración de menor gramaje (150g), estos platos están marcados con la señal **HC**

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Pan con aceite y fiambre de pavo	90	Pan con mermelada sin azúcar y mantequilla	70	Pan con aceite y jamón cocido con queso	90	Galletas sin azúcar	40	Pan con tomate y jamón serrano	90	Repostería sin azúcar	40	Repostería sin azúcar	40
	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Hc 61 Lip 5 Prot 17 Kcal 363		Hc 61 Lip 13 Prot 11 Kcal 411		Hc 64 Lip 9 Prot 18 Kcal 410		Hc 65 Lip 6 Prot 11 Kcal 360		Hc 60 Lip 8 Prot 22 Kcal 410		Hc 61 Lip 10 Prot 10 Kcal 377		Hc 61 Lip 10 Prot 10 Kcal 377	
DINAR	Burballes	200	Lentejas estofadas	150	Coliflor gratinada con bechamel	200	Cazuela de huevos	200	Crema de legumbre HC	200	Tumbet mallorquín	200	Arròs brut HC	150
	Pollo al ajillo con ensalada	150 50	Calamares a la mallorquina -	110 -	Ragout de ternera con verdura	80-90 50	Atún encebollado con calabacín salteado	150 50	Lomo con col -	140 -	Pescado de mercado con lechuga, tomate y cebolla	100-110 50	Carrilleras al vino tinto con verduras	150 50
	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Postre lácteo desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Postre para diabéticos	125	Postre para diabéticos	125
	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40
	Hc 81 Lip 37 Prot 57 Kcal 888		Hc 72 Lip 21 Prot 49 Kcal 697		Hc 76 Lip 24 Prot 53 Kcal 733		Hc 54 Lip 58 Prot 32 Kcal 772		Hc 83 Lip 27 Prot 45 Kcal 752		Hc 78 Lip 27 Prot 35 Kcal 694		Hc 83 Lip 32 Prot 30 Kcal 757	
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Bollería sin azúcar	40	Bollería sin azúcar	40	Bollería sin azúcar	40	Bollería sin azúcar	40	Bollería sin azúcar	40	Bollería sin azúcar	40	Bollería sin azúcar	40
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272		Hc 43 Lip 6 Prot 10 Kcal 272	
SOPANR	Crema de puerro	200	Sopa castellana	200	Sopa de picadillo	200	Crema de zanahoria y boniato	200	Sopa de ave y pistones	200	Sopa de pescado	200	Crema de calabacín	200
	Merluza a la plancha con brócoli y zanahoria	100-110 50	Tortilla de calabacín con tomate a la provenzal	120 50	Bacalao al horno con patata	100-110 50	Tortilla francesa con lechuga, tomate y aceituna	120 50	Cocarrois -	125 -	Pan de payés / Pan de molde con sobrasada	60 80	Tortilla de patata con verduras	120 50
	Fruta del tiempo	150	Macedonia de frutas	150	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40	Pan	40
	Hc 72 Lip 19 Prot 27 Kcal 566		Hc 69 Lip 23 Prot 40 Kcal 640		Hc 70 Lip 21 Prot 31 Kcal 536		Hc 80 Lip 25 Prot 21 Kcal 636		Hc 71 Lip 28 Prot 14 Kcal 595		Hc 75 Lip 22 Prot 18 Kcal 574		Hc 86 Lip 29 Prot 25 Kcal 705	
TOTAL	Hc 257 Lip 67 Prot 111 Kcal 2089		Hc 246 Lip 62 Prot 110 Kcal 2019		Hc 253 Lip 59 Prot 112 Kcal 1950		Hc 242 Lip 96 Prot 73 Kcal 2040		Hc 257 Lip 69 Prot 92 Kcal 2029		Hc 257 Lip 66 Prot 72 Kcal 1917		Hc 273 Lip 76 Prot 74 Kcal 2111	

Nota: Los platos ricos en hidratos de carbono se deben servir en ración de menor gramaje (150g), estos platos están marcados con la señal HC

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con mermelada sin azúcar y mantequilla				70	Pan con aceite y jamón cocido con queso				90	Galletas sin azúcar				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Repostería sin azúcar				40	Repostería sin azúcar				40
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	61	5	17	363		61	13	11	411		64	9	18	410		65	6	11	360		60	8	22	410		61	10	10	377		61	10	10	377	
DINAR	Fideuà				150	Judías escalvinas				200	Arroz caldoso con verduras HC				150	Brócoli con jamón				200	Alubias pintas estofadas				200	Sopa de arroz				200	Canelones gratinados				120
	Escaldum de pavo con verduras				150	Albóndigas de ternera a la jardinera				150	Pescado a la plancha con calabacín al horno				100-110 50	Huevos fritos con patatas fritas				120 50	Pescado de mercado con samfaina				100-110 50	Frito mallorquín				150	Pollo a la naranja con zanahoria				100 50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Yogur desnatado				125	Yogur desnatado				125	Yogur desnatado				125	Fruta del tiempo				150	Yogur desnatado				125	Postre lácteo desnatado				125	Postre para diabéticos				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	69	27	42	701		78	33	53	826		74	18	32	588		75	33	34	732		77	29	51	770		93	27	35	763		77	21	59	773	
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400
	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40	Bollería sin azúcar				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272		43	6	10	272	
SOPANR	Sopa de verdura				200	Crema de champiñones				200	Sopa de cebolla				200	Crema de espárragos				200	Sopa maravilla				200	Puré de verdura de temporada				200	Crema de calabaza				200
	Merluza al horno con patatas				100-110 50	Tortilla francesa con jamón				120 50	Sandwich de jamón y queso con lechuga, tomate y aceituna				100 50	Bacalao a la mallorquina				150	Queso fresco y jamón cocido con tomate aliñado				120 50	Tortilla de patata con pimiento verde				120 50	Pa amb oli y atún				60 60
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo desnatado				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	74	16	25	560		69	25	34	646		74	24	23	604		69	22	39	636		68	16	22	508		84	30	27	708		75	22	27	610	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	247	54	94	1897		251	77	108	2154		255	57	83	1874		252	66	94	1999		248	59	106	1960		281	72	81	2120		256	59	105	2031	

Nota: Los platos ricos en hidratos de carbono se deben servir en ración de menor gramaje (150g), estos platos están marcados con la señal HC

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Pan con aceite y fiambre de pavo	90	Pan con mermelada sin azúcar	65	Pan con aceite y jamón cocido	90	Galletas sin azúcar	40	Pan con tomate y jamón serrano	90	Repostería sin azúcar	40	Repostería sin azúcar	40
	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal	
	61 5 17 363		61 5 11 336		61 5 17 363		65 6 11 360		60 8 22 410		61 10 10 377		61 10 10 377	
DINAR	Lentejas jardinera	150	Verdura y patata	200	Verdura y patata	200	Sopa	200	Verdura y patata	200	Coliflor y patata	200	Paella mixta	150
	Hamburguesa de ternera con cebolla	90 30	Pescado al horno con verdura salteada	100-110 50	Pollo a la plancha con lechuga, tomate y cebolla	80-90 50	Bollit -	100 -	Bacalao al horno con menestra	130 50	Lomo a la plancha con verdura	80-90 50	Pescado de mercado plancha/horno con tomate al horno	100-110 50
	Fruta del tiempo	150	Macedonia de frutas	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Postre lácteo desnatado	125	Postre lácteo sin azúcar	125	Postre para diabéticos	125
	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20
	Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal	
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Galletas sin azúcar	20	Galletas sin azúcar	20	Galletas sin azúcar	20	Galletas sin azúcar	20	Galletas sin azúcar	20	Galletas sin azúcar	20	Galletas sin azúcar	20
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal	
	31 3 8 190		31 3 8 190		31 3 8 190		31 3 8 190		31 3 8 190		31 3 8 190		31 3 8 190	
SOPANR	Sopa de cebolla	200	Crema de zanahoria	200	Crema de calabacín	200	Judía verde con guisantes y jamón	200	Puré de verdura de temporada	200	Crema de ave	200	Sopa minestrone con pasta	200
	Huevos en salsa verde con ensalada	110 50	Pollo a la plancha con tomate aliñado	80-90 50	Merluza plancha con ajo y perejil con brócoli y zanahoria	110 50	Atún a la plancha con patatas	100-110 50	Pechuga de pollo a las finas hierbas con ensalada	60 80	Pa amb oli y jamón cocido	60 80	Tortilla francesa con calabacín al horno	120 50
	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20
	Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal	
TOTAL	54 15 28 476		52 20 31 512		58 21 28 540		44 19 47 558		67 16 28 529		69 15 18 479		56 16 17 445	
	Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal	
	214 47 91 1659		208 43 76 1539		225 44 80 1638		206 41 94 1602		211 43 88 1603		205 47 69 1524		213 46 75 1591	
	Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal		Hc Lip Prot Kcal	
	214 47 91 1659		208 43 76 1539		225 44 80 1638		206 41 94 1602		211 43 88 1603		205 47 69 1524		213 46 75 1591	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400
	Pan con aceite y fiambre de pavo				90	Pan con mermelada sin azúcar				65	Pan con aceite y jamón cocido				90	Galletas sin azúcar				40	Pan con tomate y jamón serrano				90	Repostería sin azúcar				40	Repostería sin azúcar				40
	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	61	5	17	363		61	5	11	336		61	5	17	363		65	6	11	360		60	8	22	410		61	10	10	377		61	10	10	377	
DINAR	Verdura y patata				200	Judías con verduras				150	Verdura y patata				200	Pisto de verduras				200	Garbanzos estofados				150	Sopa de caldo y pasta				200	Verdura y patata				200
	Pollo a la plancha con berenjena				80-90 50	Guisado de ternera con zanahoria				150 50	Limanda a la plancha con lechuga, tomate y aceituna				100-110 50	Tortilla a la francesa y ensalada				100 50	Pescado de mercado con verduritas				100-110 50	Ragout de pavo con verduras				150 -	Cabeza de lomo asado con champiñones				80-90 50
	Fruta del tiempo				150	Macedonia de frutas				150	Fruta del tiempo				150	Postre lácteo desnatado				125	Fruta del tiempo				150	Fruta del tiempo				150	Postre para diabéticos				125
	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	68	15	27	517		74	17	59	684		74	15	25	539		48	22	24	499		70	20	34	605		58	15	25	487		52	21	38	554	
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar				400
	Bollería sin azúcar				20	Bollería sin azúcar				20	Bollería sin azúcar				20	Bollería sin azúcar				20	Bollería sin azúcar				20	Bollería sin azúcar				20	Bollería sin azúcar				20
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	31	3	8	190		31	3	8	190		31	3	8	190		31	3	8	190		31	3	8	190		31	3	8	190		31	3	8	190	
SOPANR	Crema de espárragos				200	Sopa de caldo y pistones verdes, champiñones y gambas				200 120	Crema de espinacas				200	Sopa de pescado				200	Sopa de la abuela				200	Crema de verduras con berenjena				200	Puré de verdura de temporada				200
	Merluza en salsa verde con guisantes				110 50	con tomate al horno				50	Lomo sajonia con calabacín salteado				80-90 50	Magra a la plancha con pimiento				80-90 50	Magra a la plancha con guarnición				80-90 50	Pa amb oli y jamón cocido				60 50	Tortilla de bacalao con lechuga, tomate y maíz				120 50
	Yogur desnatado				125	Yogur desnatado				125	Yogur desnatado				125	Fruta del tiempo				150	Yogur desnatado				125	Postre lácteo desnatado				125	Fruta del tiempo				150
	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20	Pan				20
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	59	23	32	579		41	22	24	461		47	25	35	559		56	14	28	462		37	17	28	423		75	17	24	556		62	24	27	575	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	220	46	84	1649		207	47	103	1671		215	49	85	1651		200	45	71	1511		199	49	93	1628		226	45	68	1610		206	59	83	1696	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Pan con aceite y fiambre de pavo	90	Pan con mermelada sin azúcar	65	Pan con aceite y jamón cocido	90	Galletas sin azúcar	40	Pan con tomate y jamón serrano	90	Repostería sin azúcar	40	Repostería sin azúcar	40
	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal	61 5 17 363	Hc Lip Prot Kcal	61 5 11 336	Hc Lip Prot Kcal	61 5 17 363	Hc Lip Prot Kcal	65 6 11 360	Hc Lip Prot Kcal	60 8 22 410	Hc Lip Prot Kcal	61 10 10 377	Hc Lip Prot Kcal	61 10 10 377
DINAR	Verdura y patata	200	Lentejas estofadas	150	Coliflor y patata	200	Cazuela de huevos	150	Crema de legumbre	200	Tumbet mallorquín	150	Arròs brut	150
	Pollo al ajillo con ensalada	150 50	Calamares a la plancha con verduras	110 50	Ragout de ternera con verdura	80-90 50	Atún encebollado con calabacín salteado	150 50	Lomo a la plancha con ensalada	80-90 50	Pescado de mercado con lechuga, tomate y cebolla	100-110 50	Magra a la plancha con verduras	80-90 50
	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Postre lácteo desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Postre para diabéticos	125	Postre para diabéticos	125
	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20
	Hc Lip Prot Kcal	59 22 47 628	Hc Lip Prot Kcal	65 19 38 620	Hc Lip Prot Kcal	59 17 44 569	Hc Lip Prot Kcal	34 53 25 609	Hc Lip Prot Kcal	77 23 39 669	Hc Lip Prot Kcal	55 20 30 514	Hc Lip Prot Kcal	66 19 31 559
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190
SOPANR	Crema de puerro	200	Sopa de caldo y pasta	200	Sopa de picadillo	200	Crema de zanahoria y boniato	200	Sopa de ave y pistones	200	Sopa de pescado	200	Crema de calabacín	200
	Merluza a la plancha con brócoli y zanahoria	100-110 50	Tortilla de calabacín con tomate a la provenzal	120 50	Bacalao al horno con verdura	100-110 50	Tortilla francesa con lechuga, tomate y aceituna	120 50	Pollo a la plancha con pimiento	80-90 50	Pan de payés / Pan de molde y jamón cocido	60 80	Tortilla francesa con verduras	120 50
	Fruta del tiempo	150	Macedonia de frutas	150	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20
	Hc Lip Prot Kcal	63 19 25 523	Hc Lip Prot Kcal	56 19 26 505	Hc Lip Prot Kcal	52 21 29 472	Hc Lip Prot Kcal	73 22 19 573	Hc Lip Prot Kcal	38 14 29 394	Hc Lip Prot Kcal	71 10 20 457	Hc Lip Prot Kcal	65 21 17 528
TOTAL	Hc Lip Prot Kcal	215 49 97 1705	Hc Lip Prot Kcal	213 47 84 1650	Hc Lip Prot Kcal	204 46 98 1594	Hc Lip Prot Kcal	203 84 63 1732	Hc Lip Prot Kcal	206 48 98 1662	Hc Lip Prot Kcal	219 43 67 1537	Hc Lip Prot Kcal	223 53 66 1653

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Pan con aceite y fiambre de pavo	90	Pan con mermelada sin azúcar	65	Pan con aceite y jamón cocido	90	Galletas sin azúcar	40	Pan con tomate y jamón serrano	90	Repostería sin azúcar	40	Repostería sin azúcar	40
	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal	61 5 17 363	Hc Lip Prot Kcal	61 5 11 336	Hc Lip Prot Kcal	61 5 17 363	Hc Lip Prot Kcal	65 6 11 360	Hc Lip Prot Kcal	60 8 22 410	Hc Lip Prot Kcal	61 10 10 377	Hc Lip Prot Kcal	61 10 10 377
DINAR	Verdura y patata	200	Judías escaladinas	150	Arroz caldoso con verduras	150	Brócoli con jamón	200	Alubias pintas estofadas	150	Sopa de arroz	200	Verdura y patata	200
	Escaldum de pavo con verduras	150	Albóndigas de ternera a la jardinera	150	Pescado a la plancha con calabacín al horno	100-110 50	Tortilla a la francesa y ensalada	100 50	Pescado de mercado con samfaina	100-110 50	Magra a la plancha con patatas	80-90 50	Pollo a la naranja con zanahoria	100 50
	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Yogur desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Yogur desnatado	125	Postre lácteo desnatado	125	Postre para diabéticos	125
	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20
	Hc Lip Prot Kcal	57 23 32 577	Hc Lip Prot Kcal	45 28 39 599	Hc Lip Prot Kcal	64 15 30 511	Hc Lip Prot Kcal	61 23 26 565	Hc Lip Prot Kcal	57 24 42 613	Hc Lip Prot Kcal	62 24 32 602	Hc Lip Prot Kcal	53 13 50 526
BERENAR	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400	Leche desnatada o Zumo de fruta sin azúcar	400
	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20	Bollería sin azúcar	20
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190	Hc Lip Prot Kcal	31 3 8 190
SOPAnR	Sopa de verdura	200	Crema de champiñones	200	Sopa de cebolla	200	Crema de espárragos	200	Sopa maravilla	200	Puré de verdura de temporada	200	Crema de calabaza	200
	Merluza al horno con patatas	100-110 50	Tortilla francesa con jamón	120 50	Queso fresco y jamón cocido con lechuga, tomate y aceituna	120 50	Bacalao al horno con verduras	130 50	Queso fresco y jamón cocido con tomate aliñado	120 50	Tortilla francesa con pimiento verde	120 50	Pa amb oli y atún	60 60
	Fruta del tiempo	150	Macedonia de frutas	150	Fruta del tiempo	150	Postre lácteo desnatado	125	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150	Fruta del tiempo	150
	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20	Pan	20
	Hc Lip Prot Kcal	64 16 24 518	Hc Lip Prot Kcal	65 23 25 569	Hc Lip Prot Kcal	63 16 20 483	Hc Lip Prot Kcal	46 19 31 482	Hc Lip Prot Kcal	58 16 20 466	Hc Lip Prot Kcal	62 22 19 530	Hc Lip Prot Kcal	75 22 27 610
TOTAL	Hc Lip Prot Kcal	214 47 80 1649	Hc Lip Prot Kcal	202 59 84 1694	Hc Lip Prot Kcal	220 39 76 1547	Hc Lip Prot Kcal	203 51 75 1597	Hc Lip Prot Kcal	206 52 93 1678	Hc Lip Prot Kcal	216 59 69 1699	Hc Lip Prot Kcal	221 48 94 1703

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan de molde con aceite y fiambre de pavo				90	Pan de molde con mermelada y mantequilla				70	Pan de molde con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan de molde con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensaimada				80
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Lentejas jardinera				200	Fideos a la cazuela				200	Patatas estofadas				200	Sopa				200	Macarrones a la boloñesa				200	Coliflor rehogada				200	Paella mixta				200
	Hamburguesa mixada con cebolla caramelizada				90 30	con brandada de bacalao con verdura salteada				120 50	Pollo mixado con verdura al horno				80-90 50	Bollit				150 -	Bacalao gratinado con all i oli de pimientos con menestra				150 50	Lomo mixado con patata				80-90 50	Pescado de mercado plancha/horno con tomate al horno				100-110 50
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Postre lácteo				125	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	92	27	45	786		103	27	28	767		76	26	36	682		82	18	41	662		106	29	45	867		83	38	35	813		109	20	45	805	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40	Galletas				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPANR	Sopa de cebolla				200	Crema de zanahoria				200	Crema de calabacín				200	Judía verde con guisantes y jamón				200	Puré de verdura de temporada				200	Crema de ave				200	Sopa minestrone con pasta				200
	Huevos en salsa verde amb amanida				110 50	Croquetas de pollo con tomate al horno				90 50	Merluza plancha con ajo y perejil con brócoli y zanahoria				110 50	Empanada de atún				160 -	Pechuga de pollo a las finas hierbas mixado con verdura al horno				60 80	Pan de molde con tomate y embutidos variados				60 80	Tortilla de queso con calabacín al horno				120 50
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pann				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	79	16	31	585		71	33	28	697		68	21	30	583		79	26	27	665		71	16	29	546		70	29	19	611		31	38	27	578	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	307	58	106	2163		315	84	81	2326		282	67	97	2104		309	58	91	2123		312	64	109	2252		298	92	79	2321		285	89	96	2314	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan de molde con aceite y fiambre de pavo				90	Pan de molde con mermelada y mantequilla				70	Pan de molde con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan de molde con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensamada				80
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Fideos a la mallorquina				200	Judías con verduras				200	Macarrones a la boloñesa				200	Pisto de verduras				200	Garbanzos estofados				200	Sopas mallorquinas				200	Arroz a la marinera				200
	Pollo al horno mixado con berenjena				80-90 50	Guisado de ternera mixado con zanahoria				150 50	Limanda a la menier con verdura al horno				100 50	Huevos fritos con patatas fritas				120 50	Pescado de mercado con pisto				100-110 50	Ragout de pavo con verduras mixado				150 -	Lomo mixado con champiñones				80-90 50
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	92	31	52	857		99	18	66	818		98	32	36	840		82	33	31	749		115	17	40	776		68	15	27	529		110	20	37	768	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40	Mini croissant				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPANAR	Crema de espárragos				200	Pan cuit				200	Crema de espinacas y queso				200	Sopa de pescado				200	Sopa de la abuela				200	Crema de verduras con berenjena				200	Puré de verdura de temporada				200
	Merluza en salsa verde con guisantes				110 50	Revuelto de judías verdes, champiñones y gambas con tomate al horno				120 50	Lomo sajonia con calabacín salteado				80-90 50	Salchichas al vino mixadas con pimiento				90 50	Coca mallorquina				125 -	Pan de molde con tomate y jamón				60 50	Tortilla de bacalao con verdura al horno				120 50
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	68	23	34	622		59	24	32	575		57	25	37	601		68	24	26	610		59	24	15	514		80	20	28	621		61	24	27	573	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	297	70	116	2271		299	65	122	2254		293	77	104	2281		299	72	81	2154		309	60	91	2129		293	60	80	2047		317	75	88	2272	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan de molde con aceite y fiambre de pavo				90	Pan de molde con mermelada y mantequilla				70	Pan de molde con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan de molde con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensamada				80
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Burballes				200	Lentejas estofadas				200	Coliflor gratinada con bechamel				200	Cazuela de huevos				80-90	Crema de legumbre				200	Tumbet mallorquín				200	Arròs brut				200
	Pollo al ajillo mixado amb verdura al horno				80-90 50	Pescado blanco a la plancha con verduras				100-110 50	Ragout de ternera mixada con patata parisina				80-90 50	Atún encebollado con calabacín salteado				150 50	Lomo con col mixado				80-90 -	Pescado de mercado con verdura al horno				100-110 50	Magra mixada con verduras				80-90 50
	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tarta				60	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	77	34	56	841		110	21	45	803		82	24	53	755		68	58	30	811		79	21	39	657		98	30	30	774		110	21	34	770	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40	Pan de leche				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPANAR	Crema de puerro				200	Sopa castellana				200	Sopa de picadillo				200	Crema de zanahoria y boniato				200	Sopa de ave y pistones				200	Sopa de pescado				200	Crema de calabacín				200
	Merluza a la plancha con brócoli y zanahoria				100-110 50	Tortilla de calabacín con tomate a la provenzal				120 50	Bacalao al horno con patata				100-110 50	Huevos gratinados con bechamel con verdura al horno				120 50	Cocarrois				125 -	Pan de molde con sobrasada				60 80	Tortilla de patata con verduras				120 50
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	72	19	27	566		74	22	40	652		70	21	31	536		80	31	26	717		71	28	14	595		75	22	18	574		80	29	23	667	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	286	68	113	2200		325	67	109	2316		290	64	115	2130		296	104	79	2325		285	68	89	2091		318	78	72	2245		336	81	81	2368	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Pan de molde con aceite y fiambre de pavo				90	Pan de molde con mermelada y mantequilla				70	Pan de molde con aceite y jamón cocido con queso				90	Pan de leche				40	Pan de molde con tomate y jamón serrano				90	Croissant				80	Ensaimada				80
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	19	439		78	17	13	507		75	12	20	486		85	7	12	442		72	12	24	485		82	18	13	542		82	23	13	577	
DINAR	Fideua				200	Judías escaladinas				200	Arroz caldoso con champiñones y butifarrón				200	Brócoli con jamón				200	Alubias pintas estofadas				200	Sopa de arroz				200	Canelones gratinados				120
	Escaldum de pavo con verduras mixado				150	Albóndigas de ternera a la jardinera mixadas				150	Raos de peix con calabacín al horno				100	Huevos fritos con patatas fritas				120	Pescado de mercado con samfaina				100-110	Frito mallorquin mixado				150	Pollo a la naranja mixado con zanahoria				100
	-				-	-				-	-				50	-				50	-				50	-				-	-				50
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Postre lácteo				125	Postre casero				125
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	82	30	47	798		78	33	53	826		101	29	38	820		75	33	34	732		57	31	41	669		108	27	32	803		91	21	56	813	
BERENAR	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400	Leche o Zumo de fruta				400
	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40	Magdalenas				40
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354		63	7	11	354	
SOPANR	Sopa de verdura				200	Crema de champiñones				200	Sopa de cebolla				200	Crema de espárragos				200	Sopa maravilla				200	Puré de verdura de temporada				200	Crema de calabaza				200
	Merluza al horno con patatas				100-110	Tortilla francesa con jamón				120	Sandwich de jamón y queso con verdura al horno				100	Bacalao a la mallorquina				150	Croquetas de jamón con tomate al horno				90	Tortilla de patata con pimiento verde				120	Pan de molde con tomate y atún				60
	-				50	-				50	-				50	-				-	-				50	-				50	-				60
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40	Pan				40
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	74	16	25	560		73	25	34	658		71	21	22	557		83	22	36	675		75	23	22	605		84	30	27	708		76	24	32	654	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	292	62	102	2152		292	81	111	2344		310	70	91	2216		307	69	94	2203		267	74	98	2113		337	82	83	2407		312	76	112	2398	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr
Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417	
DINAR	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de fideos a la cazuela				275	Tex de patatas estofadas				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de sémola de arroz				275
	Tex de hamburguesa				120	Tex de pescado				150	Tex de pollo				120	Tex de magra				120	Tex de bacalao				150	Tex de lomo				120	Tex de pescado				150
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Postre lácteo				125	Tex de Postre casero				125
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	75	37	43	799		72	31	35	709		55	30	36	633		57	27	28	582		78	27	47	746		60	26	28	591		64	25	31	604	
BERENAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329	
SOPAR	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de zanahoria				275	Tex de crema de calabacín				275	Tex de judía verde y patata				275	Tex de puré de verduras				275	Tex de crema de ave				275	Tex de verdura y patata				275
	Tex de huevo				120	Tex de magra				120	Tex de merluza				150	Tex de pescado				150	Tex de pollo				120	Tex de queso y jamón cocido				120	Tortilla de queso texturizada				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	44	33	25	574		51	30	34	610		44	26	35	553		41	27	31	531		64	21	29	566		32	29	17	504		58	35	28	659	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	243	86	92	2119		247	77	93	2065		224	72	95	1933		223	69	83	1860		267	65	100	2058		217	71	70	1842		246	76	83	2009	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr Col. núm. CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417
DINAR	Tex de fideos a la mallorquina	275	Tex de legumbre y verdura	275	Tex de legumbre y verdura	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de legumbre y verdura	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de sémola de arroz	275
	Tex de pollo	120	Tex de guisado de ternera	120	Tex de peix	150	Tex de huevo	120	Tex de pescado	150	Tex de pavo	120	Tex de lomo	120
	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5
	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Postre lácteo	125	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Postre casero	125
	Hc Lip Prot Kcal	72 30 36 708	Hc Lip Prot Kcal	74 20 46 664	Hc Lip Prot Kcal	75 24 39 668	Hc Lip Prot Kcal	63 31 24 634	Hc Lip Prot Kcal	75 24 39 668	Hc Lip Prot Kcal	57 22 38 579	Hc Lip Prot Kcal	64 26 28 603
BERENAR	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200
	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329
SOPAR	Tex de crema de espárragos	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de crema de espinacas y queso	275	Tex de sémola de arroz	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de crema de verduras con berenjena	275	Tex de puré de verduras	275
	Tex de merluza	150	Tex de revuelto de verduras con huevo	120	Tex de lomo	120	Tex de salchichas	120	Tex de magra	120	Tex de queso y jamón cocido	120	Tortilla de bacalao texturizada	120
	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5
	Yogur	125	Yogur	125	Yogur	125	Tex de Fruta del tiempo	150	Yogur	125	Postre lácteo	125	Tex de Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal	45 29 35 584	Hc Lip Prot Kcal	43 32 23 560	Hc Lip Prot Kcal	45 31 32 584	Hc Lip Prot Kcal	63 35 21 665	Hc Lip Prot Kcal	41 30 32 565	Hc Lip Prot Kcal	73 29 25 654	Hc Lip Prot Kcal	74 29 26 659
TOTAL	Hc Lip Prot Kcal	242 76 96 2039	Hc Lip Prot Kcal	241 69 94 1971	Hc Lip Prot Kcal	244 70 96 1998	Hc Lip Prot Kcal	251 82 70 2045	Hc Lip Prot Kcal	240 70 95 1979	Hc Lip Prot Kcal	255 67 87 1979	Hc Lip Prot Kcal	262 71 79 2009

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

**Responsable Sanitario
del Centro:**

Joana Cardell Mohr Col.núm.CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417			
DINAR	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de sémola de arroz				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de sémola de arroz				275	Tex de legumbre y verdura				275
	Tex de pavo				120	Tex de ternera				120	Tex de peix				150	Tex de huevo				120	Tex de pescado				150	Tex de lomo				120	Tex de pollo				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Postre lácteo				125	Tex de Postre casero				125
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	58	26	54	682	58	25	56	680	45	26	31	543	60	30	20	591	58	27	43	651	64	26	28	603	78	25	44	711							
BERENAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329			
SOPAR	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de champiñones				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de espárragos				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de puré de verduras				275	Tex de crema de calabaza				275
	Tex de merluza				150	Tex de huevo				120	Tex de queso y jamón cocido				120	Tex de bacalao				150	Tex de magra				120	Tortilla de patata texturizada				120	Tex de queso y jamón cocido				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	57	23	27	548	61	38	24	680	60	27	20	565	65	29	39	679	57	27	28	582	77	33	23	700	68	27	22	608							
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	240	65	105	1976	243	79	104	2106	229	69	75	1855	249	75	84	2016	240	70	95	1979	266	75	75	2049	271	68	90	2064							

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr Col. núm. CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417	
DINAR	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de fideos a la cazuela				275	Tex de patatas estofadas				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de sémola de arroz				275
	con hamburguesa				120	con pescado				150	con pollo				120	con ternera				120	con bacalao				150	con lomo				120	con pescado				150
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Postre lácteo				125	Tex de Postre casero				125
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	75	37	43	799		72	31	35	709		55	30	36	633		57	27	28	582		78	27	47	746		60	26	28	591		64	25	31	604	
BERENAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329	
SOPAR	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de zanahoria				275	Tex de crema de calabacín				275	Tex de judía verde y patata				275	Tex de puré de verduras				275	Tex de crema de ave				275	Tex de verdura y patata				275
	con huevo				120	con pollo				120	con merluza				150	con pescado				150	con pollo				120	con queso y jamón cocido				120	con huevo				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	44	33	25	574		51	30	34	610		44	26	35	553		41	27	31	531		64	21	29	566		32	29	17	504		58	35	28	659	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	243	86	92	2119		247	77	93	2065		224	72	95	1933		223	69	83	1860		267	65	100	2058		217	71	70	1842		246	76	83	2009	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr Col. núm. CAT000770

	Lunes	Gr	Martes	Gr	Miércoles	Gr	Jueves	Gr	Viernes	Gr	Sábado	Gr	Domingo	Gr
ESMORZAR	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos	50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417	Hc Lip Prot Kcal	73 8 12 417
DINAR	Tex de fideos a la mallorquina	275	Tex de legumbre y verdura	275	Tex de legumbre y verdura	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de legumbre y verdura	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de sémola de arroz	275
	con pollo	120	con ternera	120	con pescado	150	con huevo	120	con pescado	150	con de pavo	120	con lomo	120
	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5
	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Postre lácteo	125	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Fruta del tiempo	150	Tex de Postre casero	125
	Hc Lip Prot Kcal	72 30 36 708	Hc Lip Prot Kcal	74 20 46 664	Hc Lip Prot Kcal	75 24 39 668	Hc Lip Prot Kcal	63 31 24 634	Hc Lip Prot Kcal	75 24 39 668	Hc Lip Prot Kcal	57 22 38 579	Hc Lip Prot Kcal	64 26 28 603
BERENAR	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200	Tex de leche	200
	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50	y Galletas	50
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329	Hc Lip Prot Kcal	51 8 12 329
SOPAR	Tex de crema de espárragos	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de crema de espinacas y queso	275	Tex de sémola de arroz	275	Tex de verdura y patata	275	Tex de crema de verduras con berenjena con queso y jamón cocido	275	Tex de puré de verduras	275
	con merluza	150	con huevo duro	120	con lomo	120	con magra	120	con magra	120	con queso y jamón cocido	120	con huevo	120
	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5	Aceite de oliva	5
	Yogur	125	Yogur	125	Yogur	125	Tex de Fruta del tiempo	150	Yogur	125	Postre lácteo	125	Tex de Fruta del tiempo	150
	Hc Lip Prot Kcal	45 29 35 584	Hc Lip Prot Kcal	43 32 23 560	Hc Lip Prot Kcal	45 31 32 584	Hc Lip Prot Kcal	63 35 21 665	Hc Lip Prot Kcal	41 30 32 565	Hc Lip Prot Kcal	73 29 25 654	Hc Lip Prot Kcal	74 29 26 659
TOTAL	Hc Lip Prot Kcal	242 76 96 2039	Hc Lip Prot Kcal	241 69 94 1971	Hc Lip Prot Kcal	244 70 96 1998	Hc Lip Prot Kcal	251 82 70 2045	Hc Lip Prot Kcal	240 70 95 1979	Hc Lip Prot Kcal	255 67 87 1979	Hc Lip Prot Kcal	262 71 79 2009

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417		73	8	12	417	
DINAR	Tex de verdura y patata				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de coliflor y patata				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de legumbre				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de sémola de arroz				275
	con pollo				120	con pescado				150	con ternera				120	con pescado				150	con lomo				120	con pescado				150	con magra				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Postre casero				125
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	41	26	33	531		58	27	43	651		48	17	41	508		61	25	31	592		74	25	36	668		61	25	31	592		64	28	31	637	
BERENAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329		51	8	12	329	
SOPAR	Tex de crema de puerro				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de zanahoria y boniato				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de sémola de arroz				275	Tex de crema de calabacín				275
	con merluza				150	con huevo				120	con bacalao				150	con huevo				120	con magra				120	con queso y jamón cocido				120	con huevo				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	63	26	30	605		58	31	31	638		41	28	35	565		70	30	22	636		41	30	32	565		63	27	20	577		74	34	25	704	
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal		Hc	Lip	Prot	Kcal	
	229	68	87	1881		241	74	99	2035		214	61	101	1819		255	71	78	1974		240	71	92	1979		249	68	75	1915		262	78	81	2087	

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr Col. núm. CAT000770

	Lunes				Gr	Martes				Gr	Miércoles				Gr	Jueves				Gr	Viernes				Gr	Sábado				Gr	Domingo				Gr
ESMORZAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70	y Galletas / Pan / Cereales adultos				50-100-70
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417	73	8	12	417			
DINAR	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de sémola de arroz				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de legumbre y verdura				275	Tex de sémola de arroz				275	Tex de legumbre y verdura				275
	con de pavo				120	con ternera				120	con pescado				150	con huevo				120	con pescado				150	con lomo				120	con pollo				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Yogur				125	Yogur				125	Yogur				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Yogur				125	Postre lácteo				125	Tex de Postre casero				125
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	58	26	54	682	58	25	56	680	45	26	31	543	60	30	20	591	58	27	43	651	64	26	28	603	78	25	44	711							
BERENAR	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200	Tex de leche				200
	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50	y Galletas				50
	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-	-				-
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329	51	8	12	329			
SOPAR	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de champiñones				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de crema de espárragos				275	Tex de verdura y patata				275	Tex de puré de verduras				275	Tex de crema de calabaza				275
	con merluza				150	con huevo				120	con jamón cocido y quesitos				120	con bacalao				150	con jamón cocido y quesitos				120	con huevo				120	con queso y jamón cocido				120
	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5	Aceite de oliva				5
	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Postre lácteo				125	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150	Tex de Fruta del tiempo				150
	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	57	23	27	548	61	38	24	680	60	27	20	565	65	29	39	679	57	27	28	582	77	33	23	700	68	27	22	608							
TOTAL	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal	Hc	Lip	Prot	Kcal			
	240	65	105	1976	243	79	104	2106	229	69	75	1855	249	75	84	2016	240	70	95	1979	266	75	75	2049	271	68	90	2064							

Responsable Sanitario
del Centro:

Dietista Nutricionista
Ausolan:

Joana Cardell Mohr Col. núm. CAT000770