

Semana del 13 al 19 mayo 2024

1

S1	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	COLIFLOR CON BECHAMEL POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATA PANADERA AL HORNO FRUTA/ LÁCTEO	LENTEJAS CON CARNE CAZÓN EN ADOBO CON TOMATE AL HORNO FRUTA/ LÁCTEO	ARROZ CALDOSO DE PESCADO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA FRUTA/ LÁCTEO	MACARRONES BOLOÑESA TORTILLA DE VERDURAS CON ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA) FRUTA/ LÁCTEO	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS PESCADO DEL DÍA FRITO CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA/ LÁCTEO	VERDURAS GRATINADAS CARRILLERAS DE CERDO AL VINO TINTO CON PATATA PANADERA AL HORNO FRUTA/ LÁCTEO	COCIDO SEGUNDO DEL COCIDO POLLO-CERDO POSTRE ESPECIAL/ FRUTA
C E N A	SOPA DE FIDEOS TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS) FRUTA/ LÁCTEO	JUDÍAS VERDES CON PATATA AGUJA DE CERDO A LA MOSTAZA CON CALABACÍN SALTEADO FRUTA/ LÁCTEO	CREMA DE ZANAHORIA BACALAO EN SALSA VERDE CON GUISANTES SALTEADOS FRUTA/ LÁCTEO	SALTEADO CAMPESTRE PAVO GUISADO CON PATATAS DADO FRUTA/ LÁCTEO	SOPA DE AJO EMPANADA DE ATÚN FRUTA/ LÁCTEO	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA/ LÁCTEO	ESPINACAS CON JAMÓN MERLUZA AL HORNO CON PATATAS PANADERAS FRUTA/ LÁCTEO

VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)

Kcal	1900-2100 kcal
H. Carbono	50-60%
Proteínas	15-16% VET
Lípidos	30-35% VET

- **POSTRE FRUTA:** OFRECER FRUTA FRESCA MÍNIMO 5 VECES A LA SEMANA. 2 VECES A LA SEMANA PUEDE SER FRUTA AL HORNO, EN CONSERVA...(EN DIETA HIPOCALÓRICA Y DIABÉTICA DEBE SER SIN AZÚCAR)
- **POSTRE LÁCTEO:** OFRECER YOGUR MÍNIMO 4 VECES A LA SEMANA. 3 VECES A LA SEMANA SE OFRECERÁN LOS DIFERENTES POSTRES LÁCTEOS (SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE CADA DIETA CORRESPONDIENTE)

Domusvi Coruña - Avda. Rosalía de Castro nº10 Oleiros (A Coruña)

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DOMUSVI Héctor Quevedo López Dietista-Nutricionista Nº Colegiado: GA00234 	MÉDICO / RESPONSABLE HIGIÉNICO - SANITARIO:
--	--

Semana del 20 al 26 mayo 2024

2

S2	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	ARROZ CON VERDURAS MAGRO CON TOMATE CON PATATAS DADO FRUTA/ LÁCTEO	LENTEJAS CON VERDURAS BACALAO GRATINADO CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA/ LÁCTEO	CAZUELA DE FIDEOS (CON PESCADO) PAVO AL HORNO CON PIMIENTOS SALTEADOS FRUTA/ LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA) FRUTA/ LÁCTEO	JUDÍAS VERDES AL AJOARRIERO HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS Y CHORIZO FRUTA/ LÁCTEO	POTAJE DE GARBANZOS TERNERA ESTOFADA CON CHAMPIÑONES Y PATATA FRUTA/ LÁCTEO	PAELLA DE CARNE MERLUZA A LA MARINERA POSTRE ESPECIAL/ FRUTA
	CREMA DE ESPÁRRAGOS ALBÓNDIGAS EN SALSA DE ALMENDRAS CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS FRUTA/ LÁCTEO	SOPA JULIANA TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA/ LÁCTEO	PASTEL DE CALABACÍN CROQUETAS DE PESCADO CON TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA/ LÁCTEO	GUISANTES CON JAMÓN CHULETA DE CERDO AL HORNO CON PATATA PANADERA AL HORNO FRUTA/ LÁCTEO	SOPA MARAVILLA TAQUITOS DE ATÚN EN SALSA CON ARROZ FRUTA/ LÁCTEO	BROCOLI CON JAMÓN POLLO EN SALSA DE MANZANA CON PURÉ DE PATATA FRUTA/ LÁCTEO	CREMA DE VERDURA LOMO A LA NARANJA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA/ LÁCTEO

VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	
Kcal	1900-2100 kcal
H. Carbono	50-60%
Proteínas	15-16% VET
Lípidos	30-35% VET

- **POSTRE FRUTA:** OFRECER FRUTA FRESCA MÍNIMO 5 VECES A LA SEMANA. 2 VECES A LA SEMANA PUEDE SER FRUTA AL HORNO, EN CONSERVA...(EN DIETA HIPOCALÓRICA Y DIABÉTICA DEBE SER SIN AZÚCAR)
- **POSTRE LÁCTEO:** OFRECER YOGUR MÍNIMO 4 VECES A LA SEMANA. 3 VECES A LA SEMANA SE OFRECERÁN LOS DIFERENTES POSTRES LÁCTEOS (SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE CADA DIETA CORRESPONDIENTE)

Domusvi Coruña (Avda. Rosalía de Castro nº10 Oleiros A Coruña)

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DOMUSVI Héctor Quevedo López Dietista-Nutricionista Nº Colegiado: GA00234 	MÉDICO / RESPONSABLE HIGIÉNICO - SANITARIO:
--	--

Semana del 27 mayo abril al 2 de junio 2024

3

S3	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	FABADA HUEVOS GRATINADOS CON VERDURITAS FRUTA/ LÁCTEO	MACARRONES CON ATÚN POLLO AGRIDULCE CON BRÓCOLI Y COLIFLOR REHOGADA FRUTA/ LÁCTEO	REPOLLO CON PATATA Y BACON SALMÓN A LA ROTEÑA FRUTA/ LÁCTEO	LENTEJAS ESTOFADAS COSTILLAS DE CERDO ASADAS CON PATATAS DADO FRUTA/ LÁCTEO	ARROZ A LA CUBANA PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAÍZ) FRUTA/ LÁCTEO	GARBANZOS CON ESPINACAS EMPANADILLAS CON TOMATE A LA PROVENZAL FRUTA/ LÁCTEO	FIDEUÁ POLLO AL HORNO CON ALCACHOFAS REHOGADAS CON JAMÓN CURADO POSTRE ESPECIAL/ FRUTA
	JUDÍAS VERDES A LA GALLEGA BACALAO AL HORNO CON GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS FRUTA/ LÁCTEO	CREMA DE ZANAHORIA Y MANZANA LOMO DE CERDO AL AJILLO CON PIMIENTOS SALTEADOS FRUTA/ LÁCTEO	SOPA DE ESTRELLITAS FILETE RUZO DE TERNERA CON MENESTRA FRUTA/ LÁCTEO	PANACHÉ SALTEADO TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA/ LÁCTEO	CREMA DE GUISANTES ROTI DE PAVO EN SALSA DE CIRUELAS CON ZANAHORIA AL VAPOR FRUTA/ LÁCTEO	SOPA DE CEBOLLA MERLUZA A LAS FINAS HIERBAS CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA/ LÁCTEO	CREMA DE CHAMPIÑONES TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) FRUTA/ LÁCTEO

VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	
Kcal	1900-2100 kcal
H. Carbono	50-60%
Proteínas	15-16% VET
Lípidos	30-35% VET

- **POSTRE FRUTA:** OFRECER FRUTA FRESCA MÍNIMO 5 VECES A LA SEMANA. 2 VECES A LA SEMANA PUEDE SER FRUTA AL HORNO, EN CONSERVA...(EN DIETA HIPOCALÓRICA Y DIABÉTICA DEBE SER SIN AZÚCAR)
- **POSTRE LÁCTEO:** OFRECER YOGUR MÍNIMO 4 VECES A LA SEMANA. 3 VECES A LA SEMANA SE OFRECERÁN LOS: DIFERENTES POSTRES LÁCTEOS (SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE CADA DIETA CORRESPONDIENTE)

Domusvi Coruña (Avda. Rosalía de Castro nº10 Oleiros A Coruña)

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DOMUSVI Héctor Quevedo López Dietista-Nutricionista Nº Colegiado: GA00234 	MÉDICO / RESPONSABLE HIGIÉNICO - SANITARIO:
--	--

Semana del 6 al 12 de mayo de 2024

4

S4	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS	BRÓCOLI AL AJILLO	COCIDO	ARROZ A LA MILANESA	ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS	CODITOS CON CHORIZO	PATATAS CON PESCADO
							
	RAPE CON GAMBAS CON GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS	SEGUNDO DEL COCIDO TERNERA-CERDO	PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN Y CEBOLLA)	JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON PURÉ DE MANZANA	TERNERA GUIADA CON ZANAHORIA Y PATATA	SOLOMILLO DE CERDO A LA PIMIENTA CON ARROZ
							
	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	POSTRE ESPECIAL/ FRUTA
CENA	SOPA DE PICADILLO	CREMA DE PUERROS	ACELGAS A LA GALLEGA	CREMA DE CALABAZA	SOPA DE PESCADO	GUISANTES CON JAMÓN	CREMA DE CALABACÍN
							
	LOMO ENCEBOLLADO	CABALLA AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	PAVO A LA CERVEZA CON CALABACÍN GRATINADO	HAMBURGUESA DE TERNERA PLANCHA / HORNO CON PISTO	TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON CEBOLLA Y TOMATE AL HORNO	MERLUZA A LA SIDRA CON PATATA HERVIDA	CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS)
							
	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO	FRUTA/ LÁCTEO

VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)

Kcal	1900-2100 kcal
H. Carbono	50-60%
Proteínas	15-16% VET
Lípidos	30-35% VET

- **POSTRE FRUTA:** OFRECER FRUTA FRESCA MÍNIMO 5 VECES A LA SEMANA. 2 VECES A LA SEMANA PUEDE SER FRUTA AL HORNO, EN CONSERVA...(EN DIETA HIPOCALÓRICA Y DIABÉTICA DEBE SER SIN AZÚCAR)
- **POSTRE LÁCTEO:** OFRECER YOGUR MÍNIMO 4 VECES A LA SEMANA. 3 VECES A LA SEMANA SE OFRECERÁN LOS DIFERENTES POSTRES LÁCTEOS (SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE CADA DIETA CORRESPONDIENTE)

Domusvi Coruña (Avda. Rosalía de Castro nº10 -Oleiros- A Coruña)

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DOMUSVI	MÉDICO / RESPONSABLE HIGIÉNICO - SANITARIO:
Héctor Quevedo López Dietista-Nutricionista Nº Colegiado: GA00234	
	