

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	GARBANZOS SALTEADOS CON JAMÓN BACALAO CON TOMATE CON ARROZ PILAF CON ORÉGANO YOGUR	ENSALADA MIXTA HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA	PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE CARNE FIDEUÁ MARINERA LÁCTEO	ALUBIAS BLANCAS GUISADAS POLLO A LA CERVEZA CON SETAS Y ZANAHORIA YOGUR	MIGAS CON CHORIZO ATUN AL AJO Y PEREJIL CON SALTEADO MEDITERRÁNEO LÁCTEO	ARROZ CINCO DELICIAS (CASERO) ESTOFADO DE TERNERA AL VINO TINTO CON PATATAS GAJO AL ROMERO YOGUR	MEJILLONES A LA MARINERA PATATAS CON MAGRO Y VERDURAS LÁCTEO
C E N A	SOPA DE PICADILLO MEDALLON DE PAVO AL HORNO PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	ACELGAS CON JAMÓN CURADO MERLUZA A LA GALLEGA YOGUR	SOPA MINISTRONE LOMO CON QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA) FRUTA	JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA REVUELTO DE PATATAS A LO POBRE FRUTA	CREMA DE ESPÁRRAGOS VERDES EMPANADILLAS CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) FRUTA	GUISANTES A LA SEVILLANA TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ FRUTA	CREMA DE CALABACÍN RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA

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)
- CONSULTAR HOJA DE OBSERVACIONES DE MENÚ PARA LA CORRECTA ELABORACIÓN DE LAS DIETAS

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas Gonzáles, N.º Coleg.
Nekane (MD) CAT 002220

10/07/23

Geriatros
MEDICO O RHS:
RESIDENCIA GERIATROS CORUÑA
Ave. Rosalía de Castro 10
15179 Oleiros (A Coruña)

DomusVi Coruña – Rosalía de Castro, 10 – 15100 Carballo. T.º 981.703.748

Dpto. Médico

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO MUSLO DE POLLO AL HORNO CON TOMATE A LA PROVENZAL FRUTA	BERENJENA RELLENA DE CARNE CALDERETA DE PESCADO LÁCTEO	PATATAS EN SALSA VERDE HUEVOS AL PLATO YOGUR	ENSALADA TROPICAL DE PASTA PAVO GUISADO CON ARROZ SALTEADO CON AJO LÁCTEO	LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON PATATAS PANADERAS AL HORNO YOGUR	SALPICÓN RAVIOLIS CON SALSA DE QUESO FRUTA	ENSALADA MIXTA PAELLA DE CARNE LÁCTEO
	JUDÍAS VERDES AL AJOARRIERO TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO YOGUR	SOPA DE ESTRELLAS CHULETA DE CERDO AL HORNO CON CALABACÍN GRATINADO FRUTA	ESPINACAS A LA CREMA BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO Y PATATA FRUTA	SOPA DE VERDURAS HAMBURGUES A ENCEBOLLADA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA	GUISANTES CON JAMÓN CURADO CROQUETAS DE COCIDO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) FRUTA	CREMA DE VERDURAS REVUELTO DE JAMÓN CURADO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	MENESTRA CON PATATA BOQUERONES FRITOS CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAÍZ) FRUTA
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)
• CONSULTAR HOJA DE OBSERVACIONES DE MENÚS PARA LA CORRECTA ELABORACIÓN DE LAS DIETAS

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas Gonzáles, N.º Coleg.
Nekane (MD) CAT 002220

MEDICO O RHS:

Geriatros
RESIDENCIA GERIATROS CORUÑA
Avda. Rosalía de Castro 10
15179 Oleiros (A Coruña)
DETO. MÉDICO

DomusVi Coruña – Rosalía de Castro, 15100- Carballo. Telf: 981.703.748

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	GARBANZOS CON VERDURAS ALBONDIGAS AL VINO BLANCO CON PATATAS AL HORNO AL TOMILLO YOGURT	ENSALADA CAMPERA SALMÓN EN PAPILLOTE LÁCTEO	MACARRONES BOLOÑESA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON ZANAHORIA ASADAS YOGURT	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CALAMARES EN SU TINTA CON ARROZ CON ZANAHORIA LÁCTEO	COLIFLOR CON BECHAMEL HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS AL HORNO PAELLA MIXTA YOGURT	ENSALADILLA RUSA MERLUZA EN SALSA DE MEJILLONES CON ARROZ PILAF LÁCTEO
C E N A	SOPA DE PESCADORES TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS) FRUTA	JUDIAS VERDES CON JAMÓN CURADO EMPANADA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS) FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENJENA AL HORNO FRUTA	MENESTRA REHOGADA ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSA CON PURÉ DE PATATA GRATINADO FRUTA	SOPA DE FIDEOS BACALAO AL HORNO CON PISTO YOGURT	ESPARRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	CREMA DE GUISANTES PIZZA DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAIZ) FRUTA
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)
- **CONSULTAR HOJA DE OBSERVACIONES DE MENÚS PARA LA CORRECTA ELABORACIÓN DE LAS DIETAS**

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas Gonzáles,
Nekane (MD) N° Coleg.
CAT 002220

[Firma]

MEDICO O RHS:
RESIDENCIA GERIATRIA CORUÑA
Avda. Rosalía de Castro 10
15179 Oleiros (La Coruña)
DPTO. MÉDICO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS CON PISTO MANCHEGO YOGUR	MACARRONES CON CHORIZO MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN LÁCTEO	LASAÑA DE VERDURA ATÚN CON PIPERRADA FRUTA	VERDURAS GRATINADAS GARBANZOS CON CARNE Y VERDURAS YOGUR	ENSALADA ALEMANA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS LÁCTEO	BRÓCOLI CON JAMÓN CURADO REDONDO DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS DADO AL HORNO YOGUR	CALABACÍN RELLENO DE ATÚN PAELLA VALENCIANA LÁCTEO
CENA	JUDÍAS VERDES A LA MADRILEÑA SALCHICHÁS AL HORNO CON PATATAS AL HORNO FRUTA	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN FRUTA	PANACHÉ DE VERDURAS CON PATATA REVUELTO DE AJETES Y GAMBAS CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR	SOPA DE PASTA ABADEJO AL LIMON Y TOMILLO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA) FRUTA	GUISANTES A LA FRANCESA PAVO AL HORNO CON CIRUELAS CON ARROZ SALTEADO FRUTA	SOPA DE AJO CAZÓN A LA ANDALUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	ESPINACAS CON PATATAS TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA (TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS) FRUTA
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)
- CONSULTAR HOJA DE OBSERVACIONES DE MENÚS PARA LA CORRECTA ELABORACIÓN DE LAS DIETAS

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas Gonzáles, Nº Coleg.
Nekane (MD) CAT 002220

10/07/23

geriátricos
MEDICO O RHS:

RESIDENCIA GERIÁTRICOS CORUÑA
Avda. Rosalía de Castro 10
15119 Oleiros (A Coruña)

DPTO. MÉDICO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	GARBANZOS SALTEADOS CON JAMÓN BACALAO CON TOMATE CON ARROZ PILAF CON ORÉGANO YOGUR	ENSALADA MIXTA HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA	PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE CARNE FIDEUÁ MARINERA LÁCTEO	ALUBIAS BLANCAS GUISADAS POLLO A LA CERVEZA CON SETAS Y ZANAHORIA YOGUR	MIGAS CON CHORIZO ATUN AL AJO Y PEREJIL CON SALTEADO MEDITERRÁNEO LÁCTEO	ARROZ CINCO DELICIAS (CASERO) ESTOFADO DE TERNERA AL VINO TINTO CON PATATAS GAJO AL ROMERO YOGUR	MEJILLONES A LA MARINERA PATATAS CON MAGRO Y VERDURAS LÁCTEO
C E N A	SOPA DE PICADILLO MEDALLON DE PAVO AL HORNO PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	ACELGAS CON JAMÓN CURADO MERLUZA A LA GALLEGA YOGUR	SOPA MINISTRONE LOMO CON QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA) FRUTA	JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA REVUELTO DE PATATAS A LO POBRE FRUTA	CREMA DE ESPÁRRAGOS VERDES EMPANADILLAS CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) FRUTA	GUISANTES A LA SEVILLANA TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ FRUTA	CREMA DE CALABACÍN RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA
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)
- CONSULTAR HOJA DE OBSERVACIONES DE MENÚS PARA LA CORRECTA ELABORACIÓN DE LAS DIETAS

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas Gonzáles, N° Coleg.
Nekane (MD) CAT 002220

10/08/23

MEDICO O RNS:

geriatrics

RESIDENCIA GERIATRIA CORUÑA
Avda. Rosalía de Castro, 10
15179 Oleiros (A Coruña)

DPTO. MÉDICO

DomusVi Coruña – Rosalía de Castro, 15100- Carballo. Telf. 981.703.748