

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	GARBANZOS CON CALLOS ... HUEVOS DURDS CON BECHAMEL FRUTA	MACARRONES CON CHORIZO ... BACALAO GRATINADO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS ESTOFADO DE POLLO ... FRUTA	REPOLLO AL AJOARRUERRO PAELLA VALENCIANA FRUTA	ENSALADA ALEMANA PESCADO DEL DÍA FRITO CON PATATAS AL HORNO FRUTA	LENTEJAS CON ARROZ MUSLO DE POLLO CON PIMENTOS VERDES AL HORNO. FRUTA	MEILLONES A LA MARINERA ... SOLDMILLO DE CERDO ENSALSA CON PATATAS DADO AL HORNO POSTRE ESPECIAL
CENA	CREMA DE CALABAZA SALCHICHAS AL HORNO CON PURÉ DE PATATA YOGURT	VERDURAS ASADAS CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA ... YOGURT	SOPA DE AJO MERLUZA EN SALSAS VERDE CON ESPÁRRAGOS Y PATATA YOGURT	CREMA DE GUISANTES REVUELTO DE VERDURAS YOGURT	CALDO DE JUDIAS HOJALDRE DE JAMON Y QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PEPINO) ... YOGURT	CREMA DE COLIFLOR CON QUESO ... CABALLA AL HORNO CON SETAS Y ZANAHORIA ... YOGURT	SOPA DE PASTA TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA (TOMATE, MAIZ Y ACEITUNAS) ... YOGURT

Kcal	1900-2100 kcal
H. C	50-60%
Prot	15-16% VET
Líp	30-35% VET

- * **Postre Fruta** => Ofrecer fruta fresca mínimo 5 veces a la semana, dos veces a la semana puede ser fruta al horno, en conserva... (En dieta hipocalórica y diabética debe ser sin azúcar).
- * **Postre Lácteo** => Ofrecer yogurt mínimo 4 veces a la semana, tres veces a la semana se ofreceran los diferentes postres lácteos (siguiendo las indicaciones de cada dieta correspondiente).

CONSULTAR HOJA DE OBSERVACIONES DE MENÚS PARA LA CORRECTA ELABORACIÓN DE DIETAS.

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
 Cárdenas González, Nekane (MD)
 Nº Coleg. CAT 002220

DEPARTAMENTO MÉDICO

DomusVI
 CORUÑA
 Centro Residencial para mayores
 GERTATROS, S.A.U.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	FABADA ... CALAMARES ENCEBOLLADOS CON ARROZ PILAF CON DREGANO ... FRUTA	PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE BACALAO ... HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS ... FRUTA	ARROZ CINCO DELICIAS ... ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIÑONES CON PARMENTIER DE PATATA ... FRUTA	COCIDO MADRILEÑO ... SEGUNDO DEL COCIDO ... FRUTA	MACARRONES BOLOÑESA ... PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE ... FRUTA	LENTEJAS ESTOFADAS ... SALCHICHAS AL VINO TINTO CON PATATAS GAJO ... FRUTA	ENSALADA MURCIANA ... PATATAS CON MAGRO Y VERDURAS ... LÁCTEO
CENA	TRICOLOR DE VERDURA ... PAVO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS ... YOGUR	SOPA MINISTRONE ... MERLUZA A LA GALLEGA ... FRUTA	CREMA DE GUISANTES ... EMBUTIDO CON QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) ... FRUTA	JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA ... REVUELTO DE PATATAS A LO POBRE ... YOGUR	CREMA DE ESPÁRRAGOS ... CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ ... FRUTA	ACELGAS CON PATATAS CALDCAS ... TORTILLA DE CEBOLLA Y PIMIENTO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) ... FRUTA	CREMA DE CALABACÍN ... BACALAO AL HORNO CON BRÓCOLI REHOGADO ... FRUTA

Kcal	1900-2100 kcal
H. C	50-60%
Prot	15-16% VET
Lip	30-35% VET

- * **Postre Fruta** => Ofrecer fruta fresca mínimo 5 veces a la semana, dos 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, tres 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 DIETAS.

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
 Cárdenas González, Nekane (MD)
 Nº Coleg. CAT 002220



DEPARTAMENTO MÉDICO

 CORUÑA
 Centro de Atención General para mayores
 (C.A.G.S.A.U.)

VE	PAZL NUTRICIONAL	DIETA CONVULSIONADA EN FRENTE DE CÁMBIO	HIPOGLICÉMICA	BAJA EN GRASAS SATURADAS	PROTECCIÓN GASTRO-HEPÁTICA	AUTISMO	RENAL	HIPERCALÉMICA-HEPATOPLASIA
LUNES	COMIDA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON CULPUS REBOGADA YOGUR	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON CULPUS REBOGADA YOGUR DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON CULPUS REBOGADA YOGUR DESMANTADO	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON ZAMAHORA REBOGADA YOGUR DESMANTADO	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON ZAMAHORA REBOGADA YOGUR DESMANTADO	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON ZAMAHORA REBOGADA FRUTA EN SU JUGO	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN FOGONEO AL HORNO CON CULPUS REBOGADA YOGUR
	CENA	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA (L/2 PAN)	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO (EN SALSA) CON PATATAS HERBAS FRUTA APTA	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO (EN SALSA) CON PATATAS HERBAS FRUTA APTA	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO (EN SALSA) CON PATATAS HERBAS FRUTA APTA	TROCIDOR DE VERDURA (EN PASTA) PVAL AL HORNO (EN SALSA) CON PATATAS HERBAS FRUTA
MARTES	COMIDA	ENSALADA COMPLETA (en frigate) HUEVOS Fritos CON PATATAS FRIAS	ENSALADA COMPLETA (en frigate) HUEVOS Fritos CON PATATAS FRIAS FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	ENSALADA COMPLETA (en frigate, en huevo) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA	ENSALADA COMPLETA (en frigate) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA	ENSALADA COMPLETA (en frigate) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	ENSALADA COMPLETA (en frigate) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	ENSALADA COMPLETA (en frigate) HUEVOS Fritos CON PATATAS FRIAS FRUTA
	CENA	SOPEA MESTIZONE BACALAO A LA GALLESA YOGUR	SOPEA MESTIZONE BACALAO A LA GALLESA YOGUR DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	SOPEA MESTIZONE (en queso) BACALAO A LA GALLESA YOGUR DESMANTADO	SOPEA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON PATATA HERBOSA YOGUR DESMANTADO	SOPEA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON PATATA HERBOSA YOGUR DESMANTADO	SOPEA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON PATATA HERBOSA FRUTA EN SU JUGO	SOPEA MESTIZONE (COMBINACION) BACALAO AL HORNO CON ARROZ SAUTADO YOGUR
MIÉRCOLES	COMIDA	ARROZ CINCO DEUCAS ALTAS DE POLLO A LA BARBACOA CON SALTIADO DE VERDURAS	ARROZ CINCO DEUCAS ALTAS DE POLLO AL HORNO CON SALTIADO DE VERDURAS YOGUR DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	ARROZ CINCO DEUCAS ALTAS DE POLLO AL HORNO CON SALTIADO DE VERDURAS YOGUR DESMANTADO	ARROZ CON ZAMAHORA Y JAMÓN COCIDO ALTAS DE POLLO AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA YOGUR DESMANTADO	ARROZ CON ZAMAHORA Y JAMÓN COCIDO ALTAS DE POLLO AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA YOGUR DESMANTADO	ARROZ CON ZAMAHORA ALTAS DE POLLO AL HORNO CON SALTIADO DE VERDURAS FRUTA EN SU JUGO	ARROZ CINCO DEUCAS (ENRIQUECIDA) ALTAS DE POLLO A LA BARBACOA CON SALTIADO DE VERDURAS YOGUR
	CENA	CREMA DE GUARNITES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCCOLI REBOGADO FRUTA	CREMA DE GUARNITES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCCOLI REBOGADO FRUTA (L/2 PAN)	CREMA DE GUARNITES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCCOLI REBOGADO FRUTA	CREMA DE GUARNITES (en cebolla) JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZAMAHORA REBOGADA FRUTA APTA	CREMA DE GUARNITES (en patata) JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZAMAHORA REBOGADA FRUTA APTA	CREMA DE GUARNITES (ENRIQUECIDA) JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCCOLI REBOGADO FRUTA	CREMA DE GUARNITES (ENRIQUECIDA) JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCCOLI REBOGADO FRUTA
JUEVES	COMIDA	COCIDO GALLEGO SEGUINDO DE COCIDO GALLEGO MANSANA AL HORNO	EN COCIDO GALLEGO SIN GRASAS SEGUINDO DE COCIDO GALLEGO SIN GRASAS MANSANA AL HORNO (L/2 PAN)	COCIDO GALLEGO SIN GRASAS SEGUINDO DE COCIDO GALLEGO SIN GRASAS MANSANA AL HORNO	SOPEA DE PASTA CARNE MANSANA CON ZAMAHORA COCIDA MANSANA AL HORNO	SOPEA DE PASTA CARNE MANSANA CON ZAMAHORA COCIDA MANSANA AL HORNO	SOPEA DE PASTA CARNE MANSANA CON ZAMAHORA COCIDA MANSANA AL HORNO	COCIDO GALLEGO (ENRIQUECIDA) SEGUINDO DE COCIDO GALLEGO MANSANA AL HORNO
	CENA	ARROZ VERDES CON TOMATE REVALTO DE JAMÓN SEBRADO CON TORTADA YOGUR	ARROZ VERDES CON TOMATE REVALTO DE JAMÓN SEBRADO CON TORTADA YOGUR DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	ARROZ VERDES CON TOMATE REVALTO DE JAMÓN SEBRADO CON TORTADA YOGUR DESMANTADO	ARROZ VERDES REBOGADOS REVALTO DE JAMÓN SEBRADO (en cebolla) CON TORTADA YOGUR DESMANTADO	ARROZ VERDES REBOGADOS REVALTO DE JAMÓN SEBRADO (en cebolla) CON TORTADA YOGUR DESMANTADO	ARROZ VERDES REBOGADOS REVALTO DE NUEVO CON ARROZ FRUTA EN SU JUGO	ARROZ VERDES CON TOMATE (ENRIQUECIDA) REVALTO DE JAMÓN SEBRADO CON TORTADA YOGUR
VIERNES	COMIDA	LASAÑA BOLORESA PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTIADO CAMPESINE LÁCTEO	PASTA CON CARNE MAGRA PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTIADO CAMPESINE LÁCTEO DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	PASTA CON CARNE MAGRA PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTIADO CAMPESINE LÁCTEO DESMANTADO	PASTA CON CARNE MAGRA (en cebolla) PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA YOGUR DESMANTADO	PASTA CON CARNE MAGRA (en cebolla) PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA YOGUR DESMANTADO	PASTA CON VERDURAS PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTIADO CAMPESINE FRUTA EN SU JUGO	PASTA CON CARNE MAGRA (ENRIQUECIDA) PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTIADO CAMPESINE LÁCTEO
	CENA	CREMA DE ESPÁRRAÇOS CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO REBOGADO FRUTA	CREMA DE ESPÁRRAÇOS CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO REBOGADO FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	CREMA DE ESPÁRRAÇOS POLLO AL HORNO CON CALABAZO REBOGADO FRUTA (L/2 PAN)	CREMA DE ZAMAHORA POLLO AL HORNO CON CALABAZO REBOGADO (en patata, en cebolla) FRUTA APTA	CREMA DE ZAMAHORA POLLO AL HORNO CON CALABAZO REBOGADO (en patata, en cebolla) FRUTA APTA	CREMA DE ESPÁRRAÇOS (ENRIQUECIDA) CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO REBOGADO FRUTA	CREMA DE ESPÁRRAÇOS (ENRIQUECIDA) CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO REBOGADO FRUTA
SÁBADO	COMIDA	LENTISAS CON ZAMAHORA LACÓN ASADO EN SALSA CON PIMIENTOS YOGUR	LENTISAS CON ZAMAHORA LACÓN ASADO (EN SALSA) CON PIMIENTOS REBOGADOS YOGUR DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	LENTISAS CON ZAMAHORA LACÓN ASADO (EN SALSA) CON PIMIENTOS REBOGADOS YOGUR DESMANTADO	CREMA DE LENTISAS CON ZAMAHORA CARNE DE LACÓN A LA PLANCHA CON CALABAZO REBOGADO (en patata, en cebolla) YOGUR DESMANTADO	CREMA DE LENTISAS CON ZAMAHORA CARNE DE LACÓN A LA PLANCHA CON CALABAZO REBOGADO (en patata, en cebolla) YOGUR DESMANTADO	LENTISAS CON ZAMAHORA ESPESA CARNE DE LACÓN A LA PLANCHA CON PIMIENTOS REBOGADOS FRUTA EN SU JUGO	LENTISAS CON ZAMAHORA (ENRIQUECIDA) LACÓN ASADO EN SALSA CON PIMIENTOS REBOGADOS YOGUR
	CENA	BROCCOLI CON PATATAS AL ABLLO TORTILLA DE AÑON Y PIMIENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO	BROCCOLI CON PATATAS AL ABLLO TORTILLA DE AÑON Y PIMIENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO (L/2 PAN)	BROCCOLI CON PATATAS AL ABLLO TORTILLA DE AÑON Y PIMIENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE CALABAZO TORTILLA FRANCESA CON ARROZ REBOGADOS (en patata) FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZO TORTILLA FRANCESA CON ZAMAHORA AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZO TORTILLA FRANCESA CON ZAMAHORA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO	BROCCOLI CON PATATAS AL ABLLO (ENRIQUECIDA) TORTILLA DE AÑON Y PIMIENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO
DOMINGO	COMIDA	PIMIENTOS DE PISALLO RELLENOS DE BACALO ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIONES CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO	PIMIENTOS DE PISALLO RELLENOS DE BACALO ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMANTADO SÁNDICHAS (L/2 PAN)	PIMIENTOS DE PISALLO RELLENOS DE BACALO ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMANTADO	CREMA DE ZAMAHORA ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMANTADO	CREMA DE ZAMAHORA ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMANTADO	CREMA DE ZAMAHORA ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR FRUTA EN SU JUGO	PIMIENTOS DE PISALLO RELLENOS DE BACALO (ENRIQUECIDA) ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIONES CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO
	CENA	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA (L/2 PAN)	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA	CREMA DE CALABAZO (en patata, en cebolla) MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZO (en patata, en cebolla) MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZO (ENRIQUECIDA) MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA	CREMA DE CALABAZO (ENRIQUECIDA) MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO REBOGADA FRUTA

VALORACIÓN NUTRICIONAL: 3000KJ (714KCAL) + 100G GRASAS + 100G CARBOHIDRATOS + 100G PROTEÍNAS + 100G FIBRA

Cal	3000-3500 kcal	3100-3700 kcal	3200-3400 kcal	3300-3800 kcal	3700-3900 kcal	3700-3900 kcal	3700-3900 kcal	3100-3500 kcal
H. Carbono	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%
Proteínas	15-20% VET	16-17% VET	17-18% VET	18-17% VET	18-17% VET	18-17% VET	18-17% VET	17-18% VET
Lípidos	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET

PERIODICIDAD: 1 vez por semana

FECHA: 10/05/2024

DR. TO. MÉDICO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	GARBANZOS CON ESPINACAS ... ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON ARROZ SALTEADO ... FRUTA	PATATAS A LA RIOJANA ... CAZÓN EN SALSA CON MENESTRA ... FRUTA	LENTEJAS DE LA ABUELA ... MERLUZA A LA VASCA CON PATATAS ... FRUTA	FIDEÛA A LA MARINERA ... OREJA Y MORRO A FEIRA CON GARBANZO ... FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE ... PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA MIXTA ... FRUTA	COLIFLOR CON JAMÓN ... PAELLA MIXTA ... FRUTA	ENSALADA GRIEGA ... LACÓN CON GRELOS Y PATATAS ... POSTRE ESPECIAL
CENA	PISTO ... REVUELTO DE HUEVO CON ESPARRAGOS TRIGUEROS Y GAMBAS ... YOGURT	SOPA JULIANA ... PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y ACEITUNAS ... YOGURT	HERVIDO VALENCIANO ... FRANCESA CON JAMÓN ... YOGURT	CREMA DE CALABAZA AL CURRY ... FRITOS VARIADOS CON ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA ... YOGURT	MENESTRA CON AJADA ... CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS ... YOGURT	CREMA DE GUISANTES ... TORTILLA DE QUESO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS ... YOGURT	SOPA DE CEBOLLA CON QUESO ... MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) ... YOGURT

Kcal	1900-2100 kcal
H. C	50-60%
Prot	15-16% VET
Lip	30-35% VET

- * Postre Fruta => Ofrecer fruta fresca mínimo 5 veces a la semana, dos veces a la semana puede ser fruta al horno, en conserva... (En dieta hipocalórica y diabética debe ser sin azúcar).
- * Postre Lácteo => Ofrecer yogurt mínimo 4 veces a la semana, tres 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 DIETAS.

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
Cárdenas González, Nelaire (MD)
Nº Coleg. CAT 002220



DEPARTAMENTO MÉDICO
DomusVI
CORUÑA
CENTRO DE ESPECIALIDAD EN GERIATRÍA
GERIATROS, S.A.U.



VI	TARDE	NOCHE	ESPECIAL	ESPECIAL	ESPECIAL	ESPECIAL	ESPECIAL	ESPECIAL	ESPECIAL
LUNES	COMIDA	SARABANOS CON ESPINACA ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON ARROZ SALTEADO	GAMBAS CON ESPINACA ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON MENESTRA REHOGADA	EN SARABANOS CON ESPINACA ESTOFADO DE PAVO AL HORNO (EN SALSA) CON MENESTRA REHOGADA	GAMBAS CON ESPINACA ESTOFADO DE PAVO AL HORNO (EN SALSA) CON MENESTRA REHOGADA	CREMA DE ZANAHORA ESTOFADO DE PAVO AL HORNO (EN SALSA) CON CALABAZA REHOGADA	CREMA DE ZANAHORA ESTOFADO DE PAVO AL HORNO (EN SALSA) CON CALABAZA REHOGADA	CREMA DE ZANAHORA ESPESA (EN PATATA) ESTOFADO DE PAVO AL HORNO (EN SALSA) CON CALABAZA REHOGADA	SARABANOS CON ESPINACA (ENHIGUADO) ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON MENESTRA REHOGADA
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA (1/2 PAN)	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA
MARTES	COMIDA	PATATA A LA ROMANA (EN HORN) CAZÓN AL ESTILO ORIO CON PARENTEN VERDES REHOGADOS	PATATA A LA ROMANA (EN HORN) CAZÓN AL ESTILO ORIO CON PARENTEN VERDES REHOGADOS	EN PATATAS CON VERDURAS CAZÓN AL ESTILO ORIO CON PARENTEN VERDES REHOGADOS	PATATA CON VERDURAS CAZÓN AL ESTILO ORIO CON PARENTEN VERDES REHOGADOS	SOPEA DE PASTA MERLUZA AL HORNO CON ZANAHORA REHOGADA	SOPEA DE PASTA MERLUZA AL HORNO CON ZANAHORA REHOGADA	SOPEA DE PASTA ESPESA MERLUZA AL HORNO CON PARENTEN VERDES REHOGADOS	PATATA A LA ROMANA (EN HORN) (ENHIGUADO) CAZÓN AL ESTILO ORIO CON PARENTEN VERDES REHOGADOS
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA EN SU JUGO (1/2 PAN)	YOGUR DESNATADO FRUTA EN SU JUGO	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA
MIÉRCOLES	COMIDA	ENTRADA DE LA ABUELA PASTEL DE VERDURAS FRUTA	ENTRADA DE LA ABUELA PASTEL DE VERDURAS FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	EN ENTRADA DE LA ABUELA (EN SACOS) TORTILLA DE VERDURA CON ESPINACOS	ENTRADA DE LA ABUELA (EN SACOS) TORTILLA DE VERDURA CON ESPINACOS	ENTRADA DE VERDURAS CON ZANAHORA REVUELTO DE HUEVO CON BERBERIS REHOGADA (EN PAN)	ENTRADA DE VERDURAS REVUELTO DE HUEVO CON CALABAZA REHOGADA	ENTRADA DE VERDURAS (EN PATATA) REVUELTO DE HUEVO CON MENESTRA REHOGADA	ENTRADA DE LA ABUELA (ENHIGUADO) PASTEL DE VERDURAS FRUTA
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA EN SU JUGO (1/2 PAN)	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA
JUEVES	COMIDA	FIDEOS A LA CAZUELA ORZA Y MORRO A LA PLANCHA CON PATATA	FIDEOS A LA CAZUELA ORZA Y MORRO A LA PLANCHA CON PATATA	EN FIDEOS A LA CAZUELA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON BROCCOLI REHOGADO	FIDEOS A LA CAZUELA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON BROCCOLI REHOGADO	FIDEOS CON CALABAZA (EN PAN) ORZA Y MORRO A LA PLANCHA CON ZANAHORA REHOGADA	FIDEOS CON CALABAZA (EN PAN) ORZA Y MORRO A LA PLANCHA CON ZANAHORA REHOGADA	FIDEOS CON CALABAZA ESPESA ORZA Y MORRO A LA PLANCHA CON MENESTRA REHOGADA	FIDEOS A LA CAZUELA (ENHIGUADO) ORZA Y MORRO A LA PLANCHA CON BROCCOLI REHOGADO
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA (1/2 PAN)	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA
VIERNES	COMIDA	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE PESCADO DEL MAR EN SALSA DE MOLLA (EN LECHE)	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE PESCADO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (EN LECHE)	EN ALUBIAS BLANCAS CON CARNE PESCADO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (EN LECHE)	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE PESCADO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (EN LECHE)	ARROZ CON CALABAZA (EN PAN) PESCADO AL HORNO CON ZANAHORA REHOGADA	ARROZ CON CALABAZA (EN PAN) PESCADO AL HORNO CON ZANAHORA REHOGADA	ARROZ CON CALABAZA PESCADO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE (ENHIGUADO) PESCADO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA (1/2 PAN)	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA
SÁBADO	COMIDA	COFLOR CON JAMÓN PASTEL MENTA FRUTA	COFLOR CON JAMÓN PASTEL MENTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	COFLOR CON JAMÓN PASTEL MENTA FRUTA (1/2 PAN)	COFLOR CON JAMÓN PASTEL MENTA (EN MARMCO) FRUTA	CREMA DE CALABAZA (EN PAN) ARROZ BLANCO CON MAIZO FRUTA	CREMA DE CALABAZA (EN PAN) ARROZ BLANCO CON MAIZO FRUTA	CREMA DE CALABAZA ESPESA (EN PATATA) ARROZ BLANCO CON MAIZO FRUTA	COFLOR CON JAMÓN (ENHIGUADO) PASTEL MENTA FRUTA
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA EN SU JUGO	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA
DOMINGO	COMIDA	ENSALADA GRIEGA LACÓN CON QUESO Y PATATA PENS AL VINO	ENSALADA GRIEGA LACÓN CON QUESO Y PATATA PENS AL VINO	ENSALADA GRIEGA LACÓN CON QUESO Y PATATA PENS AL VINO (1/2 PAN)	ENSALADA GRIEGA MISO CON QUESO Y PATATA PENS AL VINO	CREMA DE CALABAZA MAIZO CON ZANAHORA Y PATATA FRUTA	CREMA DE CALABAZA MAIZO CON ZANAHORA Y PATATA FRUTA	ENSALADA GRIEGA (ENHIGUADO) LACÓN CON QUESO Y PATATA PENS AL VINO	ENSALADA GRIEGA (ENHIGUADO) LACÓN CON QUESO Y PATATA PENS AL VINO
	CEA	YOGUR FRUTA	YOGUR SAZÓN FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO/PERAL)	YOGUR DESNATADO/LIQUOR (1/2 PAN) FRUTA EN SU JUGO	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR DESNATADO FRUTA	YOGUR FRUTA

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

1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET	1300-1350 kcal 50-60% 15-18% VET 20-25% VET
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Del 20 al 26 de ABRIL del 2026

DomusVI Coruña
 Av. Rosalía de Castro, 10.
 CP: 15179 Oleiros

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	CALDO GALLEGO	LASAÑA DE VERDURAS	POTAJE DE GARBANZOS	CALAMARES CON PATATAS	ARROZ CON RAGOUT DE CERDO	LENTEJAS CON CALABAZA	COCTEL DE MARISCO
	CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	BACALAO AL AJORRIERO CON ARROZ SALTEADO	HUEVOS FRITOS CON PISTO	LOMO DE CERDO A LA MIEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRATINADO	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO	PAVO GUISADO CON BERENJERA AL HORNO	CHURRASCO DE CERDO CON PATATAS DADO
	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	POSTRE ESPECIAL
C E N A	JUDÍAS VERDES CON TOMATE	SOPA DE PASTA	BROCOLI CON PATATAS	CREMA DE VERDURAS	GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO	SOPA DE PICADILLO	CREMA PARMENTIER
	TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS)	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON CHAMPIÑONES REHOGADOS Y ZANAHORIA	MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO	SANDWICH MIXTO CON PATATAS CHIPS	CROQUETAS DE COCIDO CON ENSALADA (LECHUGA, PEPINO Y ZANAHORIA)	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS TRIGUEROS	SARDINAS EN ACEITE CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y MAÍZ
	YOGURT	YOGURT	YOGURT	YOGURT	YOGURT	YOGURT	YOGURT

Kcal	1900-2100 kcal
H. C	50-60%
Prot	15-16% VET
Lip	30-35% VET

* **Postre Fruta** => Ofrecer fruta fresca mínimo 5 veces a la semana, dos veces a la semana puede ser fruta al horno, en conserva... (En dieta hipocalórica y diabética debe ser sin azúcar).

* **Postre Lácteo** => Ofrecer yogurt mínimo 4 veces a la semana, tres 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 DIETAS.

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
 Cárdenas González, Nekane (MD)
 Nº Coleg. CAT 002220



DEPARTAMENTO MÉDICO

 DomusVI
 CORUÑA
 Centro de Atención al Paciente
 GERIÁTRICO, S.A.U.

VL	TIPO ALIMENTACIÓN	DIETA CONTROLADA EN HIBRIDOS DE CARBONO	HIPOCALÓRICA	BAJA EN GRASAS SATURADAS	PROTECCIÓN GASTRO-HEPÁTICA	ASTMATORTE	SEÑAL	ESPECIALIZACIÓN-HEMOFISIOLÓGICA
LUNES	COMIDA	CALDO GALLEGU CONTRAMULLO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO YOGUR	CALDO GALLEGU CONTRAMULLO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO YOGUR DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	3/4 ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO CONTRAMULLO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO YOGUR DESMAYADO	ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO CONTRAMULLO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA CONTRAMULLO DE POLLO ASADO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, ni semilla) YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA CONTRAMULLO DE POLLO ASADO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, ni semilla) YOGUR DESMAYADO	CALDO GALLEGU ENRIQUECIDO CONTRAMULLO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO YOGUR
	CEA	JUDAS VERDES A LA PORTUGUESA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON MAYONESA REHOGADA FRUTA	JUDAS VERDES A LA PORTUGUESA TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEGUERO)	JUDAS VERDES REHOGADAS TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA (LO PAN)	JUDAS VERDES REHOGADAS TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA	JUDAS VERDES REHOGADAS TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	JUDAS VERDES REHOGADAS TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	JUDAS VERDES A LA PORTUGUESA ENRIQUECIDO TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON MAYONESA REHOGADA FRUTA
MARTES	COMIDA	MISARA BACALAO AL AGUARDIÑO CON ARROZ SALTADO FRUTA	MISARA BACALAO AL AGUARDIÑO CON ARROZ SALTADO FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEGUERO)	CREMA DE BERENJENA BACALAO AL AGUARDIÑO CON ARROZ SALTADO FRUTA (LO PAN)	CREMA DE BERENJENA BACALAO AL AGUARDIÑO CON ARROZ SALTADO FRUTA	CREMA DE BERENJENA (sin piel ni semilla) BACALAO AL HORNO CON ARROZ SALTADO (sin piel) FRUTA APTA	CREMA DE BERENJENA (sin piel ni semilla) BACALAO AL HORNO CON ARROZ SALTADO (sin piel) FRUTA APTA	MISARA (ENRIQUECIDA) BACALAO AL AGUARDIÑO CON ARROZ SALTADO FRUTA
	CEA	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA ENROLLADA A LA PLANCHA CON CHAMPIONES REHOGADOS YOGUR	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA ENROLLADA A LA PLANCHA CON CHAMPIONES REHOGADOS YOGUR SAZÓN	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CHAMPIONES REHOGADOS YOGUR DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CHAMPIONES REHOGADOS YOGUR DESMAYADO	SOPA DE PASTA (sin cebolla) HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR DESMAYADO	SOPA DE PASTA (sin cebolla) LOMO A LA PLANCHA CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA EN SU Jugo	SOPA DE PASTA (ENRIQUECIDA) HAMBURGUESA ENROLLADA A LA PLANCHA CON CHAMPIONES REHOGADOS YOGUR
MIÉRCOLES	COMIDA	POTAJE DE GARBANOS HUEVOS FRITOS CON PISTO YOGUR	POTAJE DE GARBANOS HUEVOS FRITOS CON PISTO YOGUR SAZÓN	3/4 POTAJE DE GARBANOS TORTILLA FRANCESA CON PISTO YOGUR DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	POTAJE DE GARBANOS TORTILLA FRANCESA CON PISTO YOGUR DESMAYADO	CREMA DE ZANAHORA (sin cebolla) TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN AL HORNO (sin piel ni semilla) YOGUR DESMAYADO	CREMA DE ZANAHORA (sin cebolla) TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN AL HORNO (sin piel ni semilla) FRUTA EN SU Jugo	POTAJE DE GARBANOS ENRIQUECIDO HUEVOS FRITOS CON PISTO YOGUR
	CEA	BRÓCOLI CON PATATAS MERLUZA A LA DOMINGUANA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	BRÓCOLI CON PATATAS MERLUZA A LA DOMINGUANA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEGUERO)	BRÓCOLI CON PATATAS MERLUZA AL HORNO CON TOMATE AL HORNO FRUTA (LO PAN)	BRÓCOLI CON PATATAS MERLUZA AL HORNO CON TOMATE AL HORNO FRUTA	CREMA DE CALABACÍN (sin cebolla) MERLUZA AL HORNO CON JUDAS VERDES REHOGADAS FRUTA APTA	CREMA DE CALABACÍN (sin cebolla) MERLUZA AL HORNO CON JUDAS VERDES REHOGADAS FRUTA APTA	BRÓCOLI CON PATATAS (ENRIQUECIDA) MERLUZA A LA DOMINGUANA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA
JUEVES	COMIDA	PASTISS CON BACALAO LOMO DE CERDO A LA MEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRATINADO LÁCTEO	PASTISS CON BACALAO LOMO DE CERDO A LA MEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRATINADO LÁCTEO DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	3/4 PASTISS CON BACALAO LOMO DE CERDO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO LÁCTEO DESMAYADO	PASTISS CON BACALAO LOMO DE CERDO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO LÁCTEO DESMAYADO	PASTISS HERVIDOS CON BACALAO (sin cebolla) LOMO DE CERDO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO (sin piel, ni semilla) LÁCTEO DESMAYADO	PASTISS HERVIDOS CON BACALAO (sin cebolla) LOMO DE CERDO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO (sin piel, ni semilla) FRUTA EN SU Jugo	PASTISS CON BACALAO (ENRIQUECIDA) LOMO DE CERDO A LA MEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRATINADO LÁCTEO
	CEA	CREMA DE VERDURAS SANDWICH MIXTO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE VERDURAS JAMÓN COCCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEGUERO) EN SU JUGO	CREMA DE VERDURAS JAMÓN COCCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO (LO PAN)	CREMA DE VERDURAS JAMÓN COCCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE CALABACÍN (sin piel ni semilla) JAMÓN COCCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE CALABACÍN (sin piel ni semilla) JAMÓN COCCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE VERDURAS (ENRIQUECIDA) JAMÓN COCCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO
VIERNES	COMIDA	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO YOGUR	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO YOGUR SAZÓN	3/4 ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO YOGUR DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON ZANAHORA AL HORNO YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA EN SU Jugo	ARROZ CON MAÍZ (ENRIQUECIDA) PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO YOGUR
	CEA	QUESANTES CON GAMBAS AL AJILLO CROQUETAS DE COCCIDO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA	QUESANTES CON GAMBAS AL AJILLO CROQUETAS DE COCCIDO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEGUERO)	QUESANTES CON GAMBAS AL AJILLO CONTRAMULLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS AL HORNO FRUTA (LO PAN)	QUESANTES CON GAMBAS AL AJILLO CONTRAMULLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS AL HORNO FRUTA	CREMA DE CALABACÍN CONTRAMULLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE CALABACÍN CONTRAMULLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS AL HORNO FRUTA APTA	QUESANTES CON GAMBAS AL AJILLO (ENRIQUECIDA) CROQUETAS DE COCCIDO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA
SÁBADO	COMIDA	LENTILLAS CON CALABACÍN PAVO GUSADO CON BERENJENA AL HORNO PISAS AL VINO	LENTILLAS CON CALABACÍN PAVO ASADO CON BERENJENA AL HORNO PISAS AL VINO (LO PAN)	3/4 LENTILLAS CON CALABACÍN PAVO ASADO CON BERENJENA AL HORNO PISAS AL VINO (LO PAN)	LENTILLAS CON CALABACÍN PAVO ASADO CON BERENJENA AL HORNO PISAS AL VINO	CREMA DE CALABACÍN PAVO ASADO CON BERENJENA AL HORNO (sin piel, ni semilla) FRUTA APTA	CREMA DE ZANAHORA PAVO ASADO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA APTA	LENTILLAS CON CALABACÍN (ENRIQUECIDA) PAVO GUSADO CON BERENJENA AL HORNO PISAS AL VINO
	CEA	SOPA DE PICAJILLO REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRIANGULOS CON PIMENTOS VERDES YOGUR	SOPA DE PICAJILLO REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRIANGULOS CON PIMENTOS REHOGADOS YOGUR SAZÓN	SOPA DE PASTA REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRIANGULOS CON PIMENTOS REHOGADOS YOGUR DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	SOPA DE PASTA REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRIANGULOS CON PIMENTOS REHOGADOS YOGUR DESMAYADO	SOPA DE PASTA REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, ni semilla) YOGUR DESMAYADO	SOPA DE PASTA REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, ni semilla) YOGUR DESMAYADO	SOPA DE PICAJILLO (ENRIQUECIDA) REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRIANGULOS CON PIMENTOS REHOGADOS YOGUR
DOMINGO	COMIDA	COCTIL DE MARIQUETAS LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATAS DORO LÁCTEO	COCTIL DE MARIQUETAS LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATAS DORO LÁCTEO SAZÓN	CREMA DE CHAMPIONES LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO SAZÓN (LO PAN)	CREMA DE CHAMPIONES LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO	CREMA DE CALABACÍN LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO	CREMA DE CALABACÍN LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA YOGUR DESMAYADO	COCTIL DE MARIQUETAS (ENRIQUECIDA) LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATAS DORO LÁCTEO
	CEA	CREMA PARMENTIER MERLUZA AL HORNO CON PISTO FRUTA	CREMA PARMENTIER MERLUZA AL HORNO CON PISTO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEGUERO)	CREMA DE PUERRO MERLUZA AL HORNO CON PISTO FRUTA (LO PAN)	CREMA DE PUERRO MERLUZA AL HORNO CON PISTO FRUTA	CREMA DE PATATA MERLUZA AL HORNO CON ZANAHORA REHOGADA FRUTA APTA	CREMA DE PATATA MERLUZA AL HORNO CON ZANAHORA REHOGADA FRUTA APTA	CREMA PARMENTIER (ENRIQUECIDA) MERLUZA AL HORNO CON PISTO FRUTA

VALORACIÓN NUTRICIONAL (GRASA | SODIO) + COMIDA + BEBIDAS + CENA

Kcal	1800-2100 kcal	1700-1900 kcal	1500-1800 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal
Carbón	30-40%	30-40%	30-40%	30-40%	30-40%	30-40%	30-40%	30-40%
Proteínas	15-16% VET	16-17% VET	17-18% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	17-18%
Grasas	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35%

SECCIÓN DE NUTRICIÓN
DPTO. MÉDICO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS ZORZA CON CACHELOS FRUTA	COLIFLOR CON BECHAMEL SALMÓN GRATINADO CON MUSELINA CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO FRUTA	ENSALADILLA RUSA PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ENSALADA DE PIMIENTO MORRÓN Y CEBOLLA FRUTA	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	ARROZ CALDOSO DE PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO MORRÓN FRUTA	ENTREMESES CANELONES DE CARNE GRATINADOS POSTRE ESPECIAL
CENA	PISTO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALDA (TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS) YOGURT	SOPA DE VERDURAS POLLO AL CHILINDRÓN YOGURT	MENESTRA REHOGADA LOMO ADOBADO AL HORNO CON PATATAS DADO YOGURT	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ESPÁRRAGOS YOGURT	JUDIAS VERDES CON PATATAS CABALLA PLANCHA CON BERENJENA REBOZADA YOGURT	CREMA DE GUI SANTES HOJALDRE ESPINACA Y QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO) YOGURT	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE Y PATATAS HERVIDAS YOGURT

Kcal	1900-2100 kcal
H. C	50-60%
Prot	15-16% VET
Lip	30-35% VET

- * **Postre Fruta** => Ofrecer fruta fresca mínimo 5 veces a la semana, dos veces a la semana puede ser fruta al horno, en conserva... (En dieta hipocalórica y diabética debe ser sin azúcar).
- * **Postre Lácteo** => Ofrecer yogurt mínimo 4 veces a la semana, tres 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 DIETAS.

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
 Cárdenas González, Nekane (MD)
 Nº Coleg. CAT 002220



DEPARTAMENTO MÉDICO

 CLÍNICA
 Centro de Diagnóstico y Tratamiento de la Salud


N.º	PAZ INDICADOR	DIETA CONTROLADA EN NIVEL DE CALORÍAS	HIPOCALÓRICA	BAJA EN GRASAS SATURADAS	PROTECCIÓN SANTI HIPÉRTICA	ATENSIVO	RENAL	HIPOCALÓRICA-ENERGÉTICA
LLENAS	COMIDA	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REMOJADOS YOGUR	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REMOJADOS YOGUR DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REMOJADOS YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA LOMO A LA PLANCHA CON CALABACHÍ REMOJADO YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA LOMO A LA PLANCHA CON CALABACHÍ REMOJADO YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA Y JUDAS VERDES LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REMOJADOS FRUTA EN SU JUGO	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACOS REMOJADOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REMOJADOS YOGUR
	CEENA	PISO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN Y ZANAHORA REMOJADA FRUTA	PISO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN Y ZANAHORA REMOJADA FRUTA (1/2 PAN)	PISO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REMOJADA FRUTA	CREMA DE CALABACHÍ TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REMOJADA FRUTA APTA	CREMA DE CALABACHÍ TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REMOJADA FRUTA APTA	CREMA DE CALABACHÍ ESPESA TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORA REMOJADA FRUTA APTA	PISO CON PATATAS (REMOJADO) TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REMOJADA FRUTA
MAYONESAS	COMIDA	SALMÓN EN PAPEROTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA	SALMÓN EN PAPEROTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	SALMÓN EN PAPEROTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA	MELILUCA EN PAPEROTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA APTA	MELILUCA EN PAPEROTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA APTA	MELILUCA EN PAPEROTE CON ARROZ SAUTEADO FRUTA APTA	SALMÓN EN PAPEROTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA
	CEENA	SOPEA DE PESCADO POLLO AL CHILDRÓN YOGUR	SOPEA DE PESCADO POLLO AL CHILDRÓN YOGUR DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	SOPEA DE PESCADO POLLO ASADO CON PIMENTOS REMOJADOS YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PESCADO POLLO ASADO CON CALABACHÍ REMOJADO YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PESCADO SURVE POLLO ASADO CON CALABACHÍ REMOJADO YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PASTA ESPESA POLLO ASADO CON PIMENTOS REMOJADOS FRUTA EN SU JUGO	SOPEA DE PESCADO (REMOJADO) POLLO AL CHILDRÓN YOGUR
MAYONESAS	COMIDA	COCO GALLESO SEGUNDO DEL COCO GALLESO LÁCTEO	EL COCO GALLESO EN GRASAS SEGUNDO DEL COCO GALLESO SIN GRASAS LÁCTEO DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	COCO GALLESO SIN GRASAS SEGUNDO DEL COCO GALLESO SIN GRASAS LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE PASTA CARNE MAGRA Y ZANAHORA COCIDA LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE PASTA CARNE MAGRA Y ZANAHORA COCIDA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PASTA ESPESA CARNE MAGRA Y ZANAHORA COCIDA FRUTA EN SU JUGO	COCO GALLESO (REMOJADO) SEGUNDO DEL COCO GALLESO LÁCTEO
	CEENA	MENESTRA REMOJADA (PESAR A VÍO) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO	MENESTRA REMOJADA TORTILLA DE PATATAS CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO (1/2 PAN)	MENESTRA REMOJADA CON PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE PURE DE PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE PURE DE PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE PURE DE PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO	MENESTRA REMOJADA (REMOJADA) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACHÍ FRUTA EN SU JUGO
ARROZ	COMIDA	ENSALADA RUSA PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR	EN ENSALADA RUSA (SIN MAYONESA) PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	ENSALADA RUSA (SIN MAYONESA) PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR DESMAYADO	ENSALADA RUSA (PATATAS, ZANAHORA, JAMÓN Y HUEVO DURO) PESCADO AL HORNO CON ZANAHORA REMOJADA YOGUR DESMAYADO	ENSALADA RUSA (PATATAS, ZANAHORA, JAMÓN Y HUEVO DURO) PESCADO AL HORNO CON ZANAHORA REMOJADA YOGUR DESMAYADO	ENSALADA RUSA (REMOJADA) PESCADO AL HORNO CON ZANAHORA REMOJADA FRUTA EN SU JUGO	ENSALADA RUSA (REMOJADA) PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR
	CEENA	CREMA DE PUERROS CROQUETA DE POLLO CON CALABACHÍ REMOJADO FRUTA	CREMA DE PUERROS CROQUETA DE POLLO CON CALABACHÍ REMOJADO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE PUERROS LOMO AL HORNO CON CALABACHÍ ASADO FRUTA	CREMA DE CALABACHÍ LOMO AL HORNO CON CALABACHÍ ASADO FRUTA APTA	CREMA DE CALABACHÍ LOMO AL HORNO CON CALABACHÍ ASADO FRUTA APTA	CREMA DE PUERROS ESPESA CROQUETA DE POLLO CON CALABACHÍ REMOJADO FRUTA APTA	CREMA DE PUERROS (REMOJADA) CROQUETA DE POLLO CON CALABACHÍ REMOJADO FRUTA
VERDURAS	COMIDA	LENTES CON VERDURAS HUEVOS Fritos CON CHOROZO CON PATATAS FRIAS MANZANA AL HORNO	EN LENTES CON VERDURAS REVELTO DE HUEVO CON PISO MANZANA AL HORNO (1/2 PAN)	LENTES CON VERDURAS REVELTO DE HUEVO CON PISO MANZANA AL HORNO	CREMA DE LENTES CON ZANAHORA Y CALABACHÍ REVELTO DE HUEVO CON ZANAHORA MANZANA AL HORNO	CREMA DE CALABACHÍ REVELTO DE HUEVO CON ZANAHORA MANZANA AL HORNO	LENTES CON VERDURAS ESPESA REVELTO DE HUEVO CON PISO SIN TOMATE MANZANA AL HORNO	LENTES CON VERDURAS (REMOJADA) REVELTO DE HUEVO CON PISO MANZANA AL HORNO
	CEENA	JUDAS VERDES CON PATATAS BACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REMOJADA (1/2 PAN) YOGUR	JUDAS VERDES CON PATATAS BACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REMOJADA YOGUR DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	JUDAS VERDES CON PATATAS BACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REMOJADA YOGUR DESMAYADO	JUDAS VERDES CON PATATAS BACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REMOJADA YOGUR DESMAYADO	JUDAS VERDES CON PATATAS BACALAO AL VAPOR CON CALABACHÍ REMOJADA YOGUR DESMAYADO	JUDAS VERDES CON ARROZ BACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REMOJADA FRUTA EN SU JUGO	JUDAS VERDES CON PATATAS BACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REMOJADA YOGUR
SABADO	COMIDA	ARROZ CALDO DE PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRON YOGUR	EL ARROZ CALDO DE PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRON YOGUR DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	ARROZ CALDO DE PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRON YOGUR DESMAYADO	ARROZ BLANCO CON PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORA YOGUR DESMAYADO	ARROZ BLANCO CON PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRON FRUTA EN SU JUGO	ARROZ CALDO DE PESCADO REMOJADO JAMONCITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRON YOGUR
	CEENA	CREMA DE GUISANTES JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA	CREMA DE GUISANTES JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE GUISANTES JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA	CREMA DE GUISANTES JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE GUISANTES JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE GUISANTES ESPESA LOMO A LA PLANCHA CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA APTA	CREMA DE GUISANTES (REMOJADA) JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACHÍ AL HORNO FRUTA
DOMINGO	COMIDA	CREMA DE MARRSCO FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS CAMBIA NOMBRE A LA ITI) FRUTA	CREMA DE MARRSCO FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACHÍ FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS FRUTA	CREMA DE CALABACHÍ FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS FRUTA APTA	CREMA DE CALABACHÍ FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS FRUTA APTA	CREMA DE CALABACHÍ ESPESA FALDA DE TERNERA COCIDA CON ARROZ FRUTA APTA	CREMA DE MARRSCO (REMOJADA) FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS FRUTA
	CEENA	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO/SANICAR (1/2 PAN)	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE ZANAHORA MERLUZA AL HORNO CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE ZANAHORA MERLUZA AL HORNO CON PATATAS HERVIDA YOGUR DESMAYADO	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON PATATAS REMOJADA FRUTA EN SU JUGO	PANACHE DE VERDURAS (REMOJADA) MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO
VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CEENA)								
Kcal	390-2100 kcal	1100-2000 kcal	900-1600 kcal	1700-3000 kcal	1700-1800 kcal	1700-2000 kcal	1700-2000 kcal	2100-2300 kcal
Al. P.	50-60%	50-60% VET	50-60% VET	50-60%	50-60%	50-60%	45-50%	50-60%
Prot.	11-20% VET	10-17% VET	17-18% VET	10-17% VET	10-17% VET	10-17% VET	10-17% VET	17-19%
Lip.	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35%

El plato regional está señalado en verde y en negrita

En comida y cena, se ofrecerá pan o pan integral (preferentemente pan integral). Pan blanco en la dieta protección gastrohepática y arrárgente. Pan blanco sin sal en las dietas renales. No se ofrecerá pan en las dietas sólidas disfagia, tróficas y texturizadas.

Receña (opcional): leche o yogur. Diabéticos según pauta médica.

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
Cristóbal González, Betina (NUT)

MÉDICO O IBS

WT Coleg. CAT 002232

ESTILO DE VIDA
Pauta renal de Doritos 1/3
100% Verdor (1 Dorito)
DORITOS MÉDICO