

**Semana del 05/08 al 11/08**  
**DomusVi Coruña** - Rosalía de Castro 10 CP 15179 Oleiros



|                                        | LUNES                                                        | MARTES                                            | MIÉRCOLES                                       | JUEVES                                         | VIERNES                                                 | SÁBADO                                              | DOMINGO                                                  |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>C<br/>O<br/>M<br/>I<br/>D<br/>A</b> | POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO                              | PASTEL DE BERENJENA                               | ENSALADILLA RUSA                                | ENSALADA TROPICAL DE PASTA                     | LENTEJAS ESTOFADAS                                      | SALPICÓN                                            | ENSALADA MIXTA                                           |
|                                        | .....                                                        | .....                                             | .....                                           | .....                                          | .....                                                   | .....                                               | .....                                                    |
|                                        | CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON TOMATE A LA PROVENZAL      | CALDERETA DE PESCADO                              | HUEVOS AL PLATO                                 | PAVO GUISADO CON MENESTRA REHOGADA             | PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON PATATAS PANADERAS AL HORNO | RAVIOLIS CON SALSA DE QUESO                         | PAELLA DE CARNE                                          |
|                                        | .....                                                        | .....                                             | .....                                           | .....                                          | .....                                                   | .....                                               | .....                                                    |
|                                        | FRUTA                                                        | LÁCTEO                                            | YOGUR                                           | LÁCTEO S/AZÚCAR                                | YOGUR                                                   | FRUTA                                               | LÁCTEO                                                   |
| <b>C<br/>E<br/>N<br/>A</b>             | JUDÍAS VERDES CON TOMATE                                     | SOPA DE ESTRELLAS                                 | ESPINACAS CON PATATA CALDOSAS                   | SOPA DE VERDURAS                               | BRÓCOLI CON JAMÓN SERRANO                               | CREMA DE VERDURAS                                   | MENESTRA CON PATATA                                      |
|                                        | .....                                                        | .....                                             | .....                                           | .....                                          | .....                                                   | .....                                               | .....                                                    |
|                                        | TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO | CHULETA DE CERDO AL HORNO CON CALABACÍN GRATINADO | BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO | HAMBURGUES A ENCEBOLLADA CON PURÉ DE ZANAHORIA | CROQUETAS DE COCIDO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS)   | REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO | BOQUERONES FRITOS CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAÍZ) |
|                                        | .....                                                        | .....                                             | .....                                           | .....                                          | .....                                                   | .....                                               | .....                                                    |
|                                        | YOGUR                                                        | FRUTA                                             | FRUTA                                           | FRUTA                                          | FRUTA                                                   | YOGUR                                               | FRUTA                                                    |

|            |                |
|------------|----------------|
| Kcal       | 1900-2100 kcal |
| H. Carbono | 50-60% VET     |
| 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)

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

MEDICO O RNS

**RESIDENCIA GERIÁTRICA CORUÑA**  
 15179 Oleiros (A Coruña)  
 Avda. Rosalía de Castro 10  
**Dr. MEDICO**  
**Dr. MEDICO**

**Semana del 12/08 al 18/08**  
**DomusVi Coruña** - Rosalía de Castro 10 CP 15179 Oleiros



|                            | LUNES                                                                         | MARTES                                                                      | MIÉRCOLES                                                   | JUEVES                                                                      | VIERNES                                               | SÁBADO                                                                        | DOMINGO                                                                        |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| C<br>O<br>M<br>I<br>D<br>A | GARBANZOS<br>CON VERDURAS                                                     | ENSALADA<br>CAMPERA                                                         | MACARRONES<br>CON ATÚN                                      | ALUBIAS<br>BLANCAS<br>ESTOFADAS                                             | COLIFLOR CON<br>BECHAMEL                              | VERDURAS AL<br>HORNO                                                          | ENSALADILLA<br>RUSA                                                            |
|                            | ....                                                                          | ....                                                                        | ....                                                        | ....                                                                        | ....                                                  | ....                                                                          | ....                                                                           |
|                            | ALBONDIGAS<br>AL VINO<br>BLANCO CON<br>PATATAS AL<br>HORNO AL<br>TOMILLO      | SALMÓN EN<br>PAPILLOTE                                                      | JAMONCITOS DE<br>POLLO AL AJILLO<br>CON ZANAHORIA<br>ASADAS | PESCADO DEL<br>DÍA AL HORNO<br>CON TOMATE<br>AL HORNO                       | HUEVOS FRITOS<br>CON CHORIZO<br>CON PATATAS<br>FRITAS | PAELLA MIXTA                                                                  | MERLUZA EN<br>SALSA DE<br>MEJILLONES<br>CON ARROZ<br>PILAF                     |
|                            | ....                                                                          | ....                                                                        | ....                                                        | ....                                                                        | ....                                                  | ....                                                                          | ....                                                                           |
|                            | YOGURT                                                                        | LÁCTEO                                                                      | YOGURT                                                      | LÁCTEO                                                                      | FRUTA                                                 | YOGURT                                                                        | LÁCTEO                                                                         |
| C<br>E<br>N<br>A           | SOPA DE<br>PESCADORES                                                         | JUDIAS VERDES<br>CON JAMÓN<br>SERRANO                                       | CREMA DE<br>PUERROS                                         | MENESTRE<br>REHOGADA                                                        | SOPA DE<br>FIDEOS                                     | ESPARRAGOS<br>BLANCOS CON<br>MAYONESA                                         | CREMA DE<br>GUISANTES                                                          |
|                            | ....                                                                          | ....                                                                        | ....                                                        | ....                                                                        | ....                                                  | ....                                                                          | ....                                                                           |
|                            | TORTILLA<br>FRANCESA CON<br>ENSALADA<br>(TOMATE,<br>ZANAHORIA Y<br>ACEITUNAS) | EMPANADA DE<br>ATÚN CON<br>ENSALADA<br>(LECHUGA,<br>CEBOLLA Y<br>ACEITUNAS) | TORTILLA DE<br>PATATA CON<br>BERENJENA AL<br>HORNO          | ESCALOPINES<br>DE TERNERA EN<br>SALSA CON<br>PURÉ DE<br>PATATA<br>GRATINADO | BACALAO AL<br>HORNO CON<br>PISTO                      | CONTRAMUSLO<br>DE POLLO AL<br>HORNO CON<br>PIMIENTOS Y<br>PATATAS AL<br>HORNO | PIZZA DE<br>JAMÓN Y<br>QUESO CON<br>ENSALADA<br>(LECHUGA,<br>TOMATE Y<br>MAIZ) |
|                            | ....                                                                          | ....                                                                        | ....                                                        | ....                                                                        | ....                                                  | ....                                                                          | ....                                                                           |
|                            | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                       | FRUTA                                                       | FRUTA                                                                       | YOGURT                                                | FRUTA                                                                         | FRUTA                                                                          |

|            |                |
|------------|----------------|
| Kcal       | 1900-2100 kcal |
| H. Carbono | 50-60% VET     |
| 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)

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

*(Handwritten signature)*

MEDICO C RHS:

*(Handwritten signature and stamp)*  
 RESIDENCIA GERIATROS CORUÑA  
 Avda. Rosalía de Castro 10  
 15179 Oleiros (A Coruña)

Semana del 19/08 al 25/08

DomusVi Coruña - Rosalia de Castro 10 CP 15179 Oleiros



|                            | LUNES                                    | MARTES                                                       | MIÉRCOLES                                                 | JUEVES                                | VIERNES                                                           | SÁBADO                                                | DOMINGO                                                   |
|----------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| C<br>O<br>M<br>I<br>D<br>A | LENTEJAS CON VERDURAS                    | MACARRONES CON CHORIZO                                       | LASAÑA DE VERDURA                                         | CALABACÍN RELLENO DE ATÚN             | ENSALADILLA DE VERANO                                             | BRÓCOLI CON JAMÓN SERRANO                             | VERDURAS GRATINADAS                                       |
|                            | ....                                     | ....                                                         | ....                                                      | ....                                  | ....                                                              | ....                                                  | ....                                                      |
|                            | HUEVOS RELLENOS CON PISTO MANCHEGO       | CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN                           | ATÚN CON PIPERRADA                                        | GARBANZOS CON CARNE Y VERDURAS        | PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA | REDONDO DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS DADO AL HORNO | PAELLA VALENCIANA                                         |
|                            | ....                                     | ....                                                         | ....                                                      | ....                                  | ....                                                              | ....                                                  | ....                                                      |
|                            | YOGUR                                    | LÁCTEO                                                       | FRUTA                                                     | YOGUR                                 | LÁCTEO                                                            | YOGUR                                                 | LÁCTEO                                                    |
| C<br>E<br>N<br>A           | JUDÍAS VERDES A LA MADRILEÑA             | CREMA DE CALABAZA                                            | CREMA DE AVE                                              | SOPA DE PASTA                         | GUISANTES A LA FRANCESA                                           | SOPA DE AJO                                           | ESPINACAS CON PATATAS CALDOSAS                            |
|                            | ....                                     | ....                                                         | ....                                                      | ....                                  | ....                                                              | ....                                                  | ....                                                      |
|                            | SALCHICHAS AL HORNO CON PATATAS AL HORNO | CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) | REVUELTO DE AJETES Y GAMBAS CON TOMATE AL HORNO CON QUESO | MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS | PAVO AL HORNO CON CIRUELAS CON ARROZ SALTEADO                     | FOGONERO A LA ANDALUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO      | TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA (TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS) |
|                            | ....                                     | ....                                                         | ....                                                      | ....                                  | ....                                                              | ....                                                  | ....                                                      |
|                            | FRUTA                                    | FRUTA                                                        | YOGUR                                                     | FRUTA                                 | FRUTA                                                             | FRUTA                                                 | FRUTA                                                     |

|            |                |
|------------|----------------|
| Kcal       | 1900-2100 kcal |
| H. Carbono | 50-60% VET     |
| 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. 2 VECES A LA SEMANA SE OFRECERÁN LOS DIFERENTES POSTRES LÁCTEOS (SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE CADA DIETA CORRESPONDIENTE)

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

*[Handwritten signature]*

MEDICO O RHS:

*[Handwritten signature]*  
RESIDENCIA GERIÁTRICA CORUÑA  
Avda. Rosalía de Castro 10  
15179 Oleiros (A Coruña)

**Semana del 26/08 al 01/09**  
**DomusVi Coruña** - Rosalia de Castro 10 CP 15179 Oleiros



|                            | LUNES                                | MARTES                    | MIÉRCOLES                                   | JUEVES                         | VIERNES                                    | SÁBADO                                          | DOMINGO                      |
|----------------------------|--------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------|
| C<br>O<br>M<br>I<br>D<br>A | GARBANZOS CON ESPINACAS              | ENSALADA MIXTA DE VERANO  | PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE CARNE     | ALUBIAS BLANCAS GUIADAS        | MACARRONES BOLOÑESA                        | PISTO                                           | MEJILLONES A LA MARINERA     |
|                            | ....                                 | ....                      | ....                                        | ....                           | ....                                       | ....                                            | ....                         |
|                            | BACALAO CON TOMATE                   | HUEVOS FRITOS             | FIDEUÁ MARINERA                             | POLLO A LA CERVEZA             | PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO                 | ESTOFADO DE TERNERA AL VINO TINTO               | PATATAS CON MAGRO Y VERDURAS |
|                            | CON ARROZ PILAF CON ORÉGANO          | CON PATATAS FRITAS        | ....                                        | CON SETAS Y ZANAHORIA          | CON SALTEADO MEDITERRÁNEO                  | CON PATATAS GAJO AL ROMERO                      | ....                         |
|                            | ....                                 | ....                      | LÁCTEO                                      | ....                           | ....                                       | ....                                            | LÁCTEO                       |
|                            | YOGUR                                | FRUTA                     |                                             | YOGUR                          | LÁCTEO                                     | YOGUR                                           |                              |
| C<br>E<br>N<br>A           | SOPA DE PICADILLO                    | BRÓCOLI CON JAMÓN SERRANO | SOPA MINISTRONE                             | JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA  | CREMA DE ESPÁRRAGOS                        | ACELGAS CON PATATAS CALDOSAS                    | CREMA DE CALABACÍN           |
|                            | PAVO AL HORNO                        | MERLUZA A LA GALLEGA      | LOMO CON QUESO                              | REVUELTO DE PATATAS A LO POBRE | FRITOS VARIADOS                            | TORTILLA DE JAMÓN COCIDO                        | RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS   |
|                            | PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS | ....                      | CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA) | ....                           | CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) | CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ | CON BRÓCOLI REHOGADO         |
|                            | ....                                 | YOGUR                     | ....                                        | FRUTA                          | ....                                       | ....                                            | ....                         |
|                            | FRUTA                                |                           | FRUTA                                       |                                | FRUTA                                      | FRUTA                                           | FRUTA                        |

|            |                |
|------------|----------------|
| Kcal       | 1900-2100 kcal |
| H. Carbono | 50-60% VET     |
| 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)

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

*[Handwritten signature]*

MEDICO O RNS:

*[Handwritten signature]*  
 RESIDENCIA GERIÁTRICA CORUÑA  
 Avda. Rosalía de Castro 10  
 15179 Oleiros (A Coruña)