



Del 02 al 8 diciembre 2024

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

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO YOGUR	PASTEL DE BERENENA CALDERETA DE PESCADO	GARBANZOS CON VERDURAS HUEVOS AL HORNO CON PISTO	MACARRONES A LA NAPOLETANA ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSA CON PURÉ DE PATATA GRATINADO (V2)	LENTILLAS A LA RIGIANA PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTEADO MEDITERRANEO	MARMITAKO PAVO GUISADO CON MENESTRA REHOGADA	ENSALADA COMPLETA PAELLA DE CARNE CON ALCACHOFA
	JUDÍAS VERDES CON TOMATE TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ACETUNAS) FRUTA	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA ENCERBOLLADA CON PURÉ DE ZANAHORIA	CREMA DE GUISANTES BACALAO A LA BILBAÍNA CON TOMATE A LA PROVENZAL	SOPA JULIANA CON PASTA EMPANADA CON ENSALADA (TOMATE Y ACETUNAS)	BRÓCOLI CON JAMÓN SERRANO CROQUETAS DE COCIDO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAÍZ) (V2)	CREMA DE VERDURAS REVUELTITO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPiÑONES AL AILLO	SOPA DE PICADILLO BOQUERONES FRITOS CASEROS CON PATATAS CON PEREIL
C E N A	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA	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 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

Del 09 al 15 de Diciembre

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

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS ... ALBONDIGAS A LA JARDINERA YOGUR	CAZUELA DE FIDEOS (CON CARNE) SALMÓN GRATINADO CON MUSELINA CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	ARROZ CALDOSO DE PESCADO JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON ZANAHORIAS ASADAS LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS CON ARROZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON ENSALADA DE PIMIENTO MORRÓN Y CEBOLLA FRUTA	COLIFLOR CON BECHAMEL HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS LÁCTEO	COCIDO MADRILEÑO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	ENTREMESES CANELONES DE CARNE GRATINADOS LÁCTEO
	ESPINACAS CON PATATAS CALDOSAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACETUNAS FRUTA	SOPA DE VERDURAS CROQUETAS DE POLLO CON TOMATE AL HORNO CON QUESO YOGUR	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ESPÁRRAGOS FRUTA	MENESTRA REHOGADA LOMO ADOBADO AL HORNO CON PATATAS DADO YOGUR	SOPA DE FIDEOS BACALAO AL PIL PIL CON ACELGAS REHOGADAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA QUICHE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO FRUTA	CREMA DE GUISANTES MERLUZA EN SALSA DE MEILLONES CON ARROZ PILAF FRUTA

* **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).

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

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

[Firma]
2023

[Firma]

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	CALDO GALLEGO ... HUEVOS Duros CON BECHAMEL CON ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA, PASAS Y NUECES FRUTA	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO GRATINADO CON PATATAS PANADERAS YOGUR	REPOLLO CON BACON ESTOFADO DE AVE LÁCTEO	GARBANZOS CON ESPINACAS SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA CAFÉ PARIS CON PATATAS DADO AL HORNO YOGUR	ENSALADILLA RUSA PESCADO DEL DÍA FRITO CON PISTO MANCHEGO FRUTA	LENTEJAS CON ARROZ MUSLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO YOGUR	MEJILLONES A LA MARINERA PAELLA VALENCIANA LÁCTEO
	VERDURAS AL HORNO SALCHICHAS AL HORNO CON PATATAS FRITAS YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE AJO MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS FRUTA	CREMA DE COLIFLOR (CON QUESO) REVUEITO DE AJETES Y GAMBAS CON CALABAZA AL HORNO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN CURADO Y PATATA JAMÓN YORK, QUESO FRESCO Y MEMBRILLO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO LÁCTEO	CREMA DE GUISANTES CABALLA AL HORNO CON SETAS Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACETUNAS FRUTA
C E N A							
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




Del 23 al 29 de Diciembre

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

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	FABADA ... CALAMARES ENCEBOLLADOS CON ARROZ PILAF CON OREGANO ... FRUTA	PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE BACALAO ... HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS ... YOGUR	ARROZ CINCO DELICIAS ... ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPINIONES CON PARMENTIER DE PATATA ... LÁCTEO	COCIDO MADRILEÑO ... SEGUNDO DEL COCIDO ... FRUTA	MACARRONES BOLOÑESA ... PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE ... LÁCTEO	LENTEAS ESTOFADAS ... SALCHICHAS AL VINO TINTO CON PATATAS GAJO ... YOGUR	ENSALADA MURCIANA ... PATATAS CON MAGRO Y VERDURAS ... LÁCTEO
	TRICOLOR DE VERDURA ... PAVO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS ... YOGUR	SOPA MINESTRONE ... MERLUZA A LA GALLEGA ... FRUTA	CREMA DE GUISANTES ... EMBUTIDO CON QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACETTUNA) ... 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 CALDOSAS ... TORTILLA DE CEBOLLA Y PIMIENTO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) ... FRUTA	CREMA DE CALABACÍN ... BACALAO AL HORNO CON BRÓCOLI REHOGADO ... FRUTA

* **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

[Firma]



del 30 de diciembre al 5 de Enero

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

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	CALDO GALLEGO ... ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE QUESO CON ARROZ AL CURRY FRUTA	COUFLOR CON PATATA MERLUZA A LA VIZCAINA CON PIMIENTOS VERDES REHOGADOS FRUTA	LENTEJAS DE LA ABUELA PASTEL DE VERDURAS CON HUEVO Y QUESO YOGUR	MACARRONES CON VERDURAS ALBONDIGAS AL VINO BLANCO CON PATATAS DADO LÁCTEO	GARBANZOS CON CALLOS PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA MIXTA YOGUR	FIDEUÁ CARRILLERAS DE CERDO ESTOFADAS YOGUR	ENSALADA GRIEGA PAELLA MIXTA LÁCTEO
	VERDURAS AL HORNO CON PATATAS REVUELTO DE HUEVO CON ESPÁRRAGOS TRIGUEROS YOGUR	CONSOMÉ PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y ACEITUNAS LÁCTEO	ACELGAS A LA GALLEGA RAPE EN SALSA VERDE CON GUISANTES REHOGADOS FRUTA	CREMA DE CHAMPIÑONES CON PICATOSTES FRITOS VARIADOS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ FRUTA	HERVIDO VALENCIANO PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE MANZANA CON CHAMPIÑONES REHOGADOS FRUTA	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE ESPINACAS CON SALTADO CAMPESTRE (CON PATATA) FRUTA	SOPA DE CEBOLLA CAZÓN EN ADOBO CON PATATAS GAJO 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 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