

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	FARADA ... CALAMARES ENCEBOLLADOS CON ARROZ PILAF CON OREGANO 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	COCCO MADRILEÑO SEGUNDO DEL COCCO FRUTA	MACARRONES BOLOÑESA PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	LENTEJAS ESTOFADAS SALCHICHAS AL VINO TINTO CON PATATAS GAJD 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 MAÍZ FRUTA	ACELGAS CON PATATAS CALDOSAS TORTILLA DE CEBOLLA Y PIMIENTO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) FRUTA	CREMA DE CALABACÍN BACALAO AL HORNO CON BRÓCCOLI REHOGADO FRUTA
Kcal	1900-2100 kcal	* 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).					
H. C	50-60%	* 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).					
Prot	15-18% VET						
Lip	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



VL	INDICAÇÃO	DIETA CONTROLADA EM NÍVEL DE CARBONO	ESPECIOLÓGICA	SABOR DE GRASAS SATURADAS	PROTEÇÃO GASTRO-INTENCINA	AUTISMANTE	REBAL	ESPECIOLÓGICA-REBAL
LUNES	COMIDA	ALMOZA BLANCA CON VERDURAS Y JAMÓN TOSTADO AL HORNO CON CULFUS BENIGNADA YOGUR	ALMOZA BLANCA CON VERDURAS Y JAMÓN TOSTADO AL HORNO CON CULFUS BENIGNADA YOGUR DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	ALMOZA BLANCA CON VERDURAS Y JAMÓN TOSTADO AL HORNO CON CULFUS BENIGNADA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON CALABAZA TOSTADO AL HORNO CON ZANAHORA BENIGNADA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON CALABAZA TOSTADO AL HORNO CON ZANAHORA BENIGNADA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON CALABAZA TOSTADO AL HORNO CON ZANAHORA BENIGNADA FRUTA EN SU JUGO	ALMOZA BLANCA CON VERDURAS Y JAMÓN TOSTADO AL HORNO CON CULFUS BENIGNADA YOGUR
	CEA	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA (1/2 PAB)	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA APTA	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA APTA	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA APTA	TRICOLOR DE VERDURA (EN PATATA) PATO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HERBAS FRUTA
MARTES	COMIDA	ENSALADA COMPLETA (en lechuga) MUELVAS FINAS CON PATATAS FINAS PAPA	ENSALADA COMPLETA (en lechuga) MUELVAS FINAS CON PATATAS FINAS FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEGAJERO)	ENSALADA COMPLETA (en lechuga) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA	SOPEA DE ZANAHORA (en cebolla) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	SOPEA DE ZANAHORA (en cebolla) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	SOPEA DE ZANAHORA (en cebolla) TORTILLA FRANCESA CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	ENSALADA COMPLETA (en lechuga) MUELVAS FINAS CON PATATAS FINAS FRUTA
	CEA	SOPEA MINISTRONE BACALAO A LA GALLEGA YOGUR	SOPEA MINISTRONE BACALAO A LA GALLEGA YOGUR DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	SOPEA DE PASTA BACALAO A LA GALLEGA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON PATATA HERBIDA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON PATATA HERBIDA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PASTA BACALAO AL HORNO CON PATATA HERBIDA FRUTA EN SU JUGO	SOPEA MINISTRONE (ENRIQUECIDO) BACALAO A LA GALLEGA YOGUR
MIÉRCOLES	COMIDA	ARROZ CINCO DELICIAS AUTOS DE POLLO A LA BARRANCA CON SALTADO DE VERDURAS YOGUR	ARROZ CINCO DELICIAS AUTOS DE POLLO AL HORNO CON SALTADO DE VERDURAS YOGUR DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	ARROZ CINCO DELICIAS AUTOS DE POLLO AL HORNO CON SALTADO DE VERDURAS YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA Y JAMÓN COCIDO AUTOS DE POLLO AL HORNO CON CALABAZA BENIGNADA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA Y JAMÓN COCIDO AUTOS DE POLLO AL HORNO CON CALABAZA BENIGNADA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA AUTOS DE POLLO AL HORNO CON SALTADO DE VERDURAS FRUTA EN SU JUGO	ARROZ CINCO DELICIAS (ENRIQUECIDO) AUTOS DE POLLO A LA BARRANCA CON SALTADO DE VERDURAS YOGUR
	CEA	CREMA DE GUINANTES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCOLI BENIGNADO FRUTA	CREMA DE GUINANTES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCOLI BENIGNADO FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEGAJERO)	CREMA DE GUINANTES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCOLI BENIGNADO FRUTA (1/2 PAB)	CREMA DE GUINANTES JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA BENIGNADA FRUTA APTA	CREMA DE GUINANTES (en cebolla) JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA BENIGNADA FRUTA APTA	CREMA DE GUINANTES ESPESA JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCOLI BENIGNADO FRUTA APTA	CREMA DE GUINANTES (ENRIQUECIDO) JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON BROCOLI BENIGNADO FRUTA
JUEVES	COMIDA	COCHINO GALLEGO SEGURDO DE COCHINO GALLEGO MANZANA AL HORNO	COCHINO GALLEGO SEGURDO DE COCHINO GALLEGO MANZANA AL HORNO (1/2 PAB)	COCHINO GALLEGO EN GRASAS SEGURDO DE COCHINO GALLEGO EN GRASAS MANZANA AL HORNO	SOPEA DE PASTA CARNE MAGRA CON ZANAHORA COCIDA MANZANA AL HORNO	SOPEA DE PASTA CARNE MAGRA CON ZANAHORA COCIDA MANZANA AL HORNO	SOPEA DE PASTA ESPESA CARNE MAGRA CON ZANAHORA COCIDA MANZANA AL HORNO	COCHINO GALLEGO (ENRIQUECIDO) SEGURDO DE COCHINO GALLEGO MANZANA AL HORNO
	CEA	JUGOS VERDES CON TOMATE REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON TORTADA YOGUR	JUGOS VERDES CON TOMATE REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON TORTADA YOGUR DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	JUGOS VERDES CON TOMATE REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON TORTADA YOGUR DESMAYADO	JUGOS VERDES CON TOMATE REVUELTO DE JAMÓN SERRANO (en cebolla) CON TORTADA YOGUR DESMAYADO	JUGOS VERDES CON TOMATE REVUELTO DE JAMÓN SERRANO (en cebolla) CON TORTADA YOGUR DESMAYADO	JUGOS VERDES CON TOMATE REVUELTO DE JAMÓN SERRANO (en cebolla) CON TORTADA FRUTA EN SU JUGO	JUGOS VERDES CON TOMATE (ENRIQUECIDO) REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON TORTADA YOGUR
VIERNES	COMIDA	LANCHA BLENDA PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE LÁCTEO	LANCHA BLENDA PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE LÁCTEO DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	LANCHA BLENDA PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE LÁCTEO DESMAYADO	LANCHA BLENDA PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE LÁCTEO DESMAYADO	LANCHA BLENDA PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE LÁCTEO DESMAYADO	LANCHA BLENDA PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE FRUTA EN SU JUGO	LANCHA BLENDA (ENRIQUECIDO) PESCADO DEL DÍA BLANCO AL HORNO CON SALTADO CAMPESTRE LÁCTEO
	CEA	CREMA DE ESPÁRAGOS CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO BENIGNADO FRUTA	CREMA DE ESPÁRAGOS CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO BENIGNADO FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEGAJERO)	CREMA DE ESPÁRAGOS POLLO AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADO FRUTA (1/2 PAB)	CREMA DE ESPÁRAGOS POLLO AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADO FRUTA APTA	CREMA DE ZANAHORA POLLO AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADO (en patata, si se necesita) FRUTA APTA	CREMA DE ESPÁRAGOS ESPESA POLLO AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADO FRUTA APTA	CREMA DE ESPÁRAGOS (ENRIQUECIDO) CROQUETAS DE BACALAO CON CALABAZO BENIGNADO FRUTA
SÁBADO	COMIDA	LENTEJAS CON ZANAHORA LACÓN ASADO EN SALSA CON PAMENTOS FINAS YOGUR	LENTEJAS CON ZANAHORA LACÓN ASADO EN SALSA CON PAMENTOS BENIGNADOS YOGUR DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	LENTEJAS CON ZANAHORA LACÓN ASADO EN SALSA CON PAMENTOS BENIGNADOS YOGUR DESMAYADO	CREMA DE LENTEJAS CON ZANAHORA CABEZA DE LOMO A LA PLANCHA CON CALABAZO BENIGNADO (en patata, si se necesita) YOGUR DESMAYADO	CREMA DE LENTEJAS CON ZANAHORA CABEZA DE LOMO A LA PLANCHA CON CALABAZO BENIGNADO (en patata, si se necesita) YOGUR DESMAYADO	CREMA DE LENTEJAS CON ZANAHORA CABEZA DE LOMO A LA PLANCHA CON PAMENTOS BENIGNADOS FRUTA EN SU JUGO	LENTEJAS CON ZANAHORA (ENRIQUECIDO) LACÓN ASADO EN SALSA CON PAMENTOS BENIGNADOS YOGUR
	CEA	BROCOLI CON PATATAS AL ABILLO TORTILLA DE ATÚN Y PIMENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO	BROCOLI CON PATATAS AL ABILLO TORTILLA DE ATÚN Y PIMENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO	BROCOLI CON PATATAS AL ABILLO TORTILLA DE ATÚN Y PIMENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO (1/2 PAB)	BROCOLI CON PATATAS AL ABILLO TORTILLA DE ATÚN Y PIMENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA CON AJOYUNO BENIGNADA (en patata, si se necesita) FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORA AL HORNO FRUTA APTA	BROCOLI CON PATATAS AL ABILLO (ENRIQUECIDO) TORTILLA DE ATÚN Y PIMENTOS CON TOMATE A LA PROVENCAL FRUTA EN SU JUGO
DOMINGO	COMIDA	PANINCHOS DE PESCADO RELLENOS DE BACAO ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIONES CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO	PANINCHOS DE PESCADO RELLENOS DE BACAO ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIONES CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMAYADO SANCOS (1/2 PAB)	ENSALADA DE PIMENTOS ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMAYADO	ENSALADA DE PIMENTOS ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMAYADO	ENSALADA DE PIMENTOS ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO DESMAYADO	ENSALADA DE PIMENTOS ESTOFADO DE TERNERA (EN SALSA) CON PATATA AL VAPOR FRUTA EN SU JUGO	PANINCHOS DE PESCADO RELLENOS DE BACAO (ENRIQUECIDO) ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIONES CON PATATA AL VAPOR LÁCTEO
	CEA	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA (INCLUIDO PLÁTANO PEGAJERO)	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA (1/2 PAB)	CREMA DE CALABAZO MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA	CREMA DE CALABAZO (en patata, si se necesita) MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZO ESPESA MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA APTA	CREMA DE CALABAZO (ENRIQUECIDO) MERLUZA AL HORNO CON CALABAZO BENIGNADA FRUTA

VALORACIÓN NUTRICIONAL: JAMÓN + MERLUZA + COMIDA + MERLUZA + COMIDA

1700-1800 kcal								
30-40% VET								
15-20% VET								
30-35% VET								

RESERVA
10/10/2023
10/10/2023 (A Coruña)

	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 MARINADA --- 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 GUI SANTES --- 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, Nekane (MD)
Nº Coleg. CAT 002220



DEPARTAMENTO MÉDICO

VI	TACIL MASTICACIÓN	DIETA CONTROLADA EN HIEBROS DE CABBONO	ISOPALOMICA	BAW EN GRASA SATURADA	PROTECCIÓN GASTRO-HEPÁTICA	ATREBENTE	SEBA	HIPERCALÓRICA HIPERPROTEICA
LUNES	COMIDA	GAMBAZOS CON ESPINACA ESTOFADO DE POLLO EN SALSA DE SETAS CON AJOYACUARO	GAMBAZOS CON ESPINACA ESTOFADO DE POLLO EN SALSA DE SETAS CON MANTEQUERA REFINADA	EN GAMBAZOS CON ESPINACA ESTOFADO DE POLLO AL HORNO EN SALSA CON MANTEQUERA REFINADA	GAMBAZOS CON ESPINACA ESTOFADO DE POLLO AL HORNO EN SALSA CON MANTEQUERA REFINADA	CREMA DE ZANAHORA ESTOFADO DE POLLO AL HORNO EN SALSA CON CALABAZA REFINADA	CREMA DE ZANAHORA ESTOFADO DE POLLO AL HORNO EN SALSA CON CALABAZA REFINADA	GAMBAZOS CON ESPINACA (ENCLAVADO) ESTOFADO DE POLLO EN SALSA DE SETAS CON MANTEQUERA REFINADA
	CENA	YOGUR VERDURA AL HORNO CON AJOYACUARO Y TOMATE REVUELTO DE GAMBAS CON TORTADA FRUTA	YOGUR SAZÓN VERDURA AL HORNO CON TOMATE (EN AJOS) REVUELTO DE GAMBAS CON TORTADA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) VERDURA AL HORNO CON TOMATE (EN AJOS) REVUELTO DE HUEVO CON TORTADA FRUTA (1/2 PAN)	YOGUR DESMONTADO VERDURA AL HORNO CON TOMATE (EN AJOS) REVUELTO DE HUEVO CON TORTADA FRUTA	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA (sin piel ni semillas) REVUELTO DE HUEVO CON TORTADA FRUTA APTA	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA (sin piel ni semillas) REVUELTO DE HUEVO CON TORTADA FRUTA APTA	YOGUR VERDURA AL HORNO CON TOMATE (EN AJOS) REVUELTO DE HUEVO CON MANTEQUERA REFINADA FRUTA APTA
MARTES	COMIDA	PASTEL A LA ROMANA (sin leche) CAÑÓN AL ESTELO ORO CON PAVITOS VERDES REFINADOS	PASTEL A LA ROMANA (sin leche) CAÑÓN AL ESTELO ORO CON PAVITOS VERDES REFINADOS	CAÑÓN AL ESTELO ORO CON PAVITOS VERDES REFINADOS	CAÑÓN AL ESTELO ORO CON PAVITOS VERDES REFINADOS	MEJILLÓN AL HORNO CON ZANAHORA REFINADA	MEJILLÓN AL HORNO CON PAVITOS VERDES REFINADOS	PASTA A LA ROMANA (sin leche) CAÑÓN AL ESTELO ORO CON PAVITOS VERDES REFINADOS
	CENA	YOGUR SOPIA JULIANA POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTA EN SU Jugo	YOGUR SAZÓN SOPIA JULIANA POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO EN SU JUGO)	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) SOPIA JULIANA POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO (1/2 PAN)	YOGUR DESMONTADO SOPIA JULIANA POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTA APTA	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO EN SU JUGO)	YOGUR SOPIA JULIANA (ENCLAVADO)
MIÉRCOLES	COMIDA	ENTREMÉS DE LA ABUELA PASTEL DE VERDURA FRUTA	ENTREMÉS DE LA ABUELA PASTEL DE VERDURA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	EN ENTREMÉS DE LA ABUELA (sin arroz) TORTILLA DE VERDURA CON ESPINACAS	ENTREMÉS DE LA ABUELA (sin arroz) TORTILLA DE VERDURA CON ESPINACAS	SOPIA DE PASTA REVUELTO DE HUEVO CON CALABAZA REFINADA (sin piel)	SOPIA DE PASTA REVUELTO DE HUEVO CON CALABAZA REFINADA	ENTREMÉS DE LA ABUELA (ENCLAVADO)
	CENA	YOGUR MERLUZCO A LA VACA FOGONERO A LA VACA	YOGUR SAZÓN MERLUZCO A LA VACA FOGONERO A LA VACA	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) MERLUZCO A LA VACA FOGONERO AL HORNO CON SUGARTE REFINADO	YOGUR DESMONTADO MERLUZCO A LA VACA FOGONERO AL HORNO CON SUGARTE REFINADO	YOGUR DESMONTADO MERLUZCO A LA VACA FOGONERO AL HORNO CON CALABAZA REFINADA (sin piel ni semillas)	YOGUR DESMONTADO MERLUZCO A LA VACA FOGONERO AL HORNO CON CALABAZA REFINADA (sin piel ni semillas)	YOGUR MERLUZCO A LA VACA (ENCLAVADO)
JUEVES	COMIDA	ROSCÓN A LA CAJUELA CREMA Y MAGRO A LA PLANCHA CON PATATA	ROSCÓN A LA CAJUELA CREMA Y MAGRO A LA PLANCHA CON PATATA REFINADO	EN ROSCÓN A LA CAJUELA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON BROCCOLI REFINADO	ROSCÓN A LA CAJUELA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON BROCCOLI REFINADO	ROSCÓN A LA CAJUELA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON ZANAHORA REFINADA	ROSCÓN A LA CAJUELA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON ZANAHORA REFINADA	ROSCÓN A LA CAJUELA (ENCLAVADO)
	CENA	YOGUR CREMA DE CALABAZA AL CURRY PASTEL VARIADO CON CALABAZA REFINADO	YOGUR SAZÓN CREMA DE CALABAZA AL CURRY PASTEL VARIADO CON CALABAZA REFINADO	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) CREMA DE CALABAZA AL CURRY LOMO ASADO (sin salsa) CON CALABAZA REFINADO	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA AL CURRY LOMO ASADO (sin salsa) CON CALABAZA REFINADO	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA LOMO ASADO (sin salsa) CON CALABAZA REFINADO (sin piel ni semillas)	YOGUR DESMONTADO CREMA DE CALABAZA LOMO ASADO (sin salsa) CON CALABAZA REFINADO	YOGUR CREMA DE CALABAZA AL CURRY (ENCLAVADO)
VIERNES	COMIDA	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE SACALAO AL HORNO CON ENGLASA MIXTA (sin leche)	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE SACALAO AL HORNO CON ENGLASA MIXTA (sin leche)	EN ALUBIAS BLANCAS CON CARNE SACALAO AL HORNO CON ENGLASA MIXTA (sin leche)	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE SACALAO AL HORNO CON ENGLASA MIXTA (sin leche)	ARROZ CON CALABAZA (sin piel ni semillas) SACALAO AL HORNO CON CALABAZA REFINADA	ARROZ CON CALABAZA (sin piel ni semillas) SACALAO AL HORNO CON CALABAZA REFINADA	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE (ENCLAVADO)
	CENA	YOGUR MENERERA CON AJO Y PAVITÓN CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO	YOGUR SAZÓN MENERERA CON AJO Y PAVITÓN CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) MENERERA CON AJO Y PAVITÓN CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO	YOGUR DESMONTADO MENERERA CON AJO Y PAVITÓN CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO	YOGUR DESMONTADO CREMA DE ZANAHORA CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO	YOGUR DESMONTADO CREMA DE ZANAHORA CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO	YOGUR MENERERA CON AJO Y PAVITÓN CENTRANULLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO
SÁBADO	COMIDA	COUFLOR CON JARÓN PASTA MIXTA FRUTA	COUFLOR CON JARÓN PASTA MIXTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	COUFLOR CON JARÓN PASTA MIXTA FRUTA (1/2 PAN)	COUFLOR CON JARÓN PASTA MIXTA (sin mantequilla) FRUTA	CREMA DE CALABAZA (sin piel ni semillas) ARROZ BLANCO CON MAGRO	CREMA DE CALABAZA (sin piel ni semillas) ARROZ BLANCO CON MAGRO	COUFLOR CON JARÓN (ENCLAVADO)
	CENA	YOGUR CREMA DE SUGARTE TORTILLA DE QUESO CON CHAMPiÑONES REFINADOS	YOGUR SAZÓN CREMA DE SUGARTE TORTILLA DE QUESO CON CHAMPiÑONES REFINADOS	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) CREMA DE SUGARTE TORTILLA FRANCESA CON CHAMPiÑONES REFINADOS	YOGUR DESMONTADO CREMA DE SUGARTE TORTILLA FRANCESA CON CHAMPiÑONES REFINADOS	YOGUR DESMONTADO CREMA DE ZANAHORA TORTILLA FRANCESA CON CALABAZA REFINADA (sin piel ni semillas)	YOGUR DESMONTADO CREMA DE ZANAHORA TORTILLA FRANCESA CON CALABAZA REFINADA (sin piel ni semillas)	YOGUR CREMA DE SUGARTE (ENCLAVADO)
DOMINGO	COMIDA A	ENSALADA GIBOSA LACÓN CON QUESO Y PATATA PERNA AL VINO	ENSALADA GIBOSA LACÓN CON QUESO Y PATATA PERNA AL VINO	ENSALADA GIBOSA LACÓN CON QUESO Y PATATA PERNA AL VINO (1/2 PAN)	ENSALADA GIBOSA MAGRO CON QUESO Y PATATA PERNA AL VINO	CREMA DE CALABAZA MAGRO CON ZANAHORA Y PATATA REFINADA	CREMA DE CALABAZA MAGRO CON ZANAHORA Y PATATA REFINADA	ENSALADA GIBOSA (ENCLAVADO)
	CENA	YOGUR SOPIA DE CEBOLLA CON QUESO MELILLA A LA ROMANA CON JUDÍAS VERDES REFINADAS	YOGUR SAZÓN SOPIA DE CEBOLLA CON QUESO MELILLA A LA ROMANA CON JUDÍAS VERDES REFINADAS	YOGUR DESMONTADO SAZÓN (1/2 PAN) SOPIA DE CEBOLLA CON QUESO MELILLA A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES REFINADAS	YOGUR DESMONTADO SOPIA DE CEBOLLA (sin queso) MELILLA A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES REFINADAS	YOGUR DESMONTADO SOPIA DE PASTA MELILLA A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES REFINADAS	YOGUR DESMONTADO SOPIA DE PASTA MELILLA A LA PLANCHA CON ZANAHORA REFINADA	YOGUR SOPIA DE CEBOLLA CON QUESO (ENCLAVADO)

VALORACIÓN NUTRICIONAL (GRASA SATURADA + COMIDA + MENERERA + CENA)								
Cal	1900-2300 kcal	1700-1900 kcal	2300-2500 kcal					
H. Carbono	50-60%	45-55%	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%	50-60%	45-55%
Proteínas	15-18% VET	15-17% VET	15-18% VET					
Lípidos	30-35% VET							

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
C O M I D A	CAUDO 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 PIMENTOS 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 MEDITERRANEO	FAVO GUISADO CON BERENJENA 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 MAIZ
	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

VI	FAJIL MASTICACIÓN	DIETA CONTROLADA EN FIBRATOS DE CASERINO	HIPICALÓRICA	BAJA EN GRASAS SATURADAS	PROTECCIÓN GASTRO-HEPÁTICA	ADMISIÓN	HERA	HIPICALÓRICA-HEPÁTICA
LUNED	COMIDA	CAJUDO SALADO CONTAMINADO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO	CAJUDO SALADO CONTAMINADO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES AL HORNO	2/3 ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO	ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO	ARROZ CON ZANAHORA CONTAMINADO DE POLLO ASADO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, si se utiliza)	ARROZ CON ZANAHORA CONTAMINADO DE POLLO ASADO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, si se utiliza)	CAJUDO SALADO CONTAMINADO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMENTOS VERDES REHOGADOS
	CEÑA	YOGUR JUGOS	YOGUR DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	FRUTA EN SU JUGO	YOGUR
MARTES	COMIDA	ASADO VERDES A LA PORTUGUESA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON MENESTRA REHOGADA	ASADO VERDES A LA PORTUGUESA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON MENESTRA REHOGADA	JUDAS VERDES REHOGADAS	JUDAS VERDES REHOGADAS	JUDAS VERDES REHOGADAS	CREMA DE CALABACÍN (sin aceite)	ASADO VERDES A LA PORTUGUESA (REHOGADO) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON MENESTRA REHOGADA
	CEÑA	FRUTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTA (L/2 PAN)	FRUTA	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA
MIÉRCOLES	COMIDA	MEJILLA BACALAO AL AJOSIBREO CON ARROZ SALTADO	MEJILLA BACALAO AL AJOSIBREO CON ARROZ SALTADO	CREMA DE BERBERENA	CREMA DE BERBERENA	CREMA DE BERBERENA (sin piel ni aceite)	CREMA DE CALABACÍN (sin piel ni aceite)	MEJILLA (REHOGADA) BACALAO AL AJOSIBREO CON ARROZ SALTADO
	CEÑA	FRUTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTA (L/2 PAN)	FRUTA	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA
JUEVES	COMIDA	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA ENROLLADA CON CHAMPiÑONES REHOGADOS	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA ENROLLADA CON CHAMPiÑONES REHOGADOS	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CHAMPiÑONES REHOGADOS	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CHAMPiÑONES REHOGADOS	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CALABACÍN AL HORNO	SOPA DE PASTA LONJO A LA PLANCHA CON CALABACÍN REHOGADO	SOPA DE PASTA (REHOGADA) HAMBURGUESA ENROLLADA CON CHAMPiÑONES REHOGADOS
	CEÑA	YOGUR YOGUR SAZÓN	YOGUR DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR
VIERNES	COMIDA	POTAJE DE GARBANZOS HUEVOS Fritos CON PISTO	POTAJE DE GARBANZOS HUEVOS Fritos CON PISTO	1/4 POTAJE DE GARBANZOS	POTAJE DE GARBANZOS	CREMA DE ZANAHORA (sin aceite)	CREMA DE ZANAHORA (sin aceite)	POTAJE DE GARBANZOS (REHOGADO) HUEVOS Fritos CON PISTO
	CEÑA	YOGUR YOGUR SAZÓN	YOGUR DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR
SÁBADO	COMIDA	BRÓCOLI CON PATATA MERLUZA A LA GONDRIANINA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO	BRÓCOLI CON PATATA MERLUZA A LA GONDRIANINA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO	BRÓCOLI CON PATATA	BRÓCOLI CON PATATA	CREMA DE CALABACÍN (sin aceite)	CREMA DE CALABACÍN (sin aceite)	BRÓCOLI CON PATATA (REHOGADO) MERLUZA A LA GONDRIANINA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO
	CEÑA	FRUTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTA (L/2 PAN)	FRUTA	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA
DOMINGO	COMIDA	PATATA CON BACALAO LONJO DE CERDO A LA MEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRITADO	PATATA CON BACALAO LONJO DE CERDO A LA MEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRITADO	1/4 PATATA CON BACALAO	PATATA CON BACALAO	PATATA REHOGADA CON BACALAO (sin aceite)	PATATA REHOGADA CON BACALAO (sin aceite)	PATATA CON BACALAO (REHOGADA) LONJO DE CERDO A LA MEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRITADO
	CEÑA	LÁCTEO CREMA DE VEGANAS	LÁCTEO SAZÓN CREMA DE VEGANAS	LÁCTEO DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	YOGUR DESNATADO	LÁCTEO
LUNED	COMIDA	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO	AMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO CON ZANAHORA AL HORNO
	CEÑA	FRUTA EN SU JUGO FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTA EN SU JUGO (L/2 PAN)	FRUTA EN SU JUGO	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA EN SU JUGO
MARTES	COMIDA	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO	ARROZ CON MAÍZ PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO	1/4 ARROZ CON MAÍZ	ARROZ CON MAÍZ	ARROZ CON MAÍZ	ARROZ CON MAÍZ	ARROZ CON MAÍZ (REHOGADO) PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTADO MEDITERRANEO
	CEÑA	YOGUR YOGUR SAZÓN	YOGUR DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR
MIÉRCOLES	COMIDA	GUSANTES CON GAMBAS AL AILLO CROQUETAS DE COCIDO CON CALABACÍN AL HORNO	GUSANTES CON GAMBAS AL AILLO CROQUETAS DE COCIDO CON CALABACÍN AL HORNO	GUSANTES CON GAMBAS AL AILLO	GUSANTES CON GAMBAS AL AILLO	CREMA DE CALABACÍN	CREMA DE CALABACÍN	GUSANTES CON GAMBAS AL AILLO (REHOGADO) CROQUETAS DE COCIDO CON CALABACÍN AL HORNO
	CEÑA	FRUTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTA EN SU JUGO (L/2 PAN)	FRUTA	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA
JUEVES	COMIDA	LENTICIAS CON CALABACÍN PAVO ASADO CON BERBERENA AL HORNO	LENTICIAS CON CALABACÍN PAVO ASADO CON BERBERENA AL HORNO	1/4 LENTICIAS CON CALABACÍN	LENTICIAS CON CALABACÍN	CREMA DE LENTICIAS CON CALABACÍN	CREMA DE ZANAHORA	LENTICIAS CON CALABACÍN (REHOGADO) PAVO ASADO CON BERBERENA AL HORNO
	CEÑA	FRUTA AL VINO SOPA DE PASTA	FRUTAS AL VINO (L/2 PAN) SOPA DE PASTA	FRUTAS AL VINO (L/2 PAN)	FRUTAS AL VINO	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA AL VINO
VIERNES	COMIDA	REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRISERVIS CON PIMENTOS REHOGADOS	REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRISERVIS CON PIMENTOS REHOGADOS	REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRISERVIS CON PIMENTOS REHOGADOS	REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRISERVIS CON PIMENTOS REHOGADOS	REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, si se utiliza)	REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN REHOGADO (sin piel, si se utiliza)	REVUELTO DE ESPÁRAGOS TRISERVIS CON PIMENTOS REHOGADOS
	CEÑA	YOGUR YOGUR SAZÓN	YOGUR DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR
SÁBADO	COMIDA	COCTEL DE MAÍZ LONJO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA DADA	COCTEL DE MAÍZ LONJO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA DADA	CREMA DE CHAMPiÑONES	CREMA DE CHAMPiÑONES	CREMA DE CALABACÍN	CREMA DE CALABACÍN	COCTEL DE MAÍZ (REHOGADO) LONJO DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATA DADA
	CEÑA	LÁCTEO CREMA PARMANTER	LÁCTEO SAZÓN CREMA PARMANTER	LÁCTEO DESNATADO SAZÓN (L/2 PAN)	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	YOGUR DESNATADO	LÁCTEO
DOMINGO	COMIDA	CREMA PARMANTER MERLUZA AL HORNO CON PISTO	CREMA PARMANTER MERLUZA AL HORNO CON PISTO	CREMA DE PUEBLO	CREMA DE PUEBLO	CREMA DE PATATA	CREMA DE PATATA	CREMA PARMANTER (REHOGADA) MERLUZA AL HORNO CON PISTO (sin tomate)
	CEÑA	FRUTA FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTAS (INCLUIDO PLÁTANO PEQUEÑO)	FRUTA (L/2 PAN)	FRUTA	FRUTA APTA	FRUTA APTA	FRUTA

VACACIÓN NUTRICIÓN: DIABETA | DIABETA | COMIDA + MERLUZA + CEÑA

1188...
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 REHOLOGADO --- 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 REHOLOGADA --- 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



Nº	PAQUETIZACIÓN	DIETA CONTRIBUIDA EN MENÚS DE CÁMERA	HIPOCALÓRICA	BAJA EN GRASAS SATURADAS	PROTECCIÓN GASTRO-NEFRÍTICA	ANTIRREBOTE	RENAL	HIPOCALÓRICA-ANTIPROTEICA
LIVIANO	COMIDA	ALLIBAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR	ALLIBAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	SI ALLIBAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR DESMAYADO	ALLIBAS BLANCAS CON ESPINACOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA LOMO A LA PLANCHA CON CALABACÍN REBOGADO YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON ZANAHORA LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REBOGADOS FRUTA EN SU JUGO	ALLIBAS BLANCAS CON ESPINACOS EMPANADOS LOMO A LA PLANCHA CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR
	CENA	PASTO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA	PASTO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA (1/2 PAN)	PASTO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA (1/2 PAN)	PASTO CON PATATAS TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACÍN TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACÍN TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA (1/2 PAN)	PASTO CON PATATAS EMPANADOS TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORA REBOGADA FRUTA
MAYORISTA	COMIDA	COFLOR CON BECHAMEL SALSÓN EN PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA	COFLOR REBOGADA SALSÓN EN PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	COFLOR REBOGADA SALSÓN EN PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA	COFLOR REBOGADA SALSÓN EN PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE ZANAHORA MERLUZA EN PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	COFLOR REBOGADA MERLUZA EN PAPILOTE CON ARROZ SALTEADO FRUTA (1/2 PAN)	COFLOR CON BECHAMEL (EMPANADOS) SALSÓN EN PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO FRUTA
	CENA	SOPEA DE PESCADO POLLO AL CHILDRÓN YOGUR	SOPEA DE PESCADO POLLO ASADO CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	SOPEA DE PESCADO POLLO ASADO CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PESCADO POLLO ASADO CON PIMENTOS REBOGADOS YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PESCADO POLLO ASADO CON CALABACÍN REBOGADO YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE PATATA ESPESA POLLO ASADO CON PIMENTOS REBOGADOS FRUTA EN SU JUGO	SOPEA DE PESCADO EMPANADO POLLO AL CHILDRÓN YOGUR
MAYORISTA	COMIDA	COCCO GALLEGO SEGUNDO DEL COCCO GALLEGO LÁCTEO	SI EN COCCO GALLEGO SIN GRASAS SEGUNDO DEL COCCO GALLEGO SIN GRASAS LÁCTEO DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	COCCO GALLEGO SIN GRASAS SEGUNDO DEL COCCO GALLEGO SIN GRASAS LÁCTEO DESMAYADO	COCCO GALLEGO SIN GRASAS SEGUNDO DEL COCCO GALLEGO SIN GRASAS LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE PATATA CARNE BANDA Y ZANAHORA COCCO LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE PATATA ESPESA CARNE BANDA Y ZANAHORA COCCO FRUTA EN SU JUGO	COCCO GALLEGO EMPANADO SEGUNDO DEL COCCO GALLEGO LÁCTEO
	CENA	MENESTRA REBOGADA (POMBA Y E) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO	MENESTRA REBOGADA TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO (1/2 PAN)	MENESTRA REBOGADA CON PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO	MENESTRA REBOGADA CON PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE PURE DE PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO	CREMA DE PURE DE PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO	MENESTRA REBOGADA EMPANADA TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN FRUTA EN SU JUGO
PAPAVES	COMIDA	ENSALADILLA RUSA PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR	SI EN ENSALADILLA RUSA (SI EN MAYORISTA) PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	ENSALADILLA RUSA (SI EN MAYORISTA) PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR DESMAYADO	ENSALADILLA RUSA (SI EN MAYORISTA) PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR DESMAYADO	ENSALADILLA SUAVE (PATATAS, ZANAHORA, JAMÓN Y HUEVO DURO) FOGONERO AL HORNO CON ZANAHORA REBOGADA YOGUR DESMAYADO	ENSALADILLA SUAVE (PATATAS, ZANAHORA, JAMÓN Y HUEVO DURO) FOGONERO AL HORNO CON ZANAHORA REBOGADA YOGUR DESMAYADO	ENSALADILLA RUSA EMPANADA PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGUR
	CENA	CREMA DE PUERROS CROQUETA DE POLLO CON CALABACÍN GRATINADO FRUTA	CREMA DE PUERROS LOMO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE PUERROS LOMO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO FRUTA	CREMA DE CALABACÍN LOMO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACÍN LOMO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE PUERROS ESPESA LOMO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE PUERROS EMPANADO CROQUETA DE POLLO CON CALABACÍN GRATINADO FRUTA
VERDURAS	COMIDA	LENTIS CON VERDURAS HUEVOS Fritos con queso con PATATAS FRITAS MANZANA AL HORNO	SI EN LENTIS CON VERDURAS HUEVOS Fritos con queso con PATATAS FRITAS MANZANA AL HORNO (1/2 PAN)	LENTIS CON VERDURAS REVUELTO DE HUEVO CON PISTO MANZANA AL HORNO	LENTIS CON VERDURAS REVUELTO DE HUEVO CON PISTO MANZANA AL HORNO	CREMA DE LENTIS CON ZANAHORA Y CALABACÍN REVUELTO DE HUEVO CON ZANAHORA MANZANA AL HORNO	CREMA DE CALABACÍN REVUELTO DE HUEVO CON PISTO SIN TOMATE MANZANA AL HORNO	LENTIS CON VERDURAS EMPANADAS HUEVOS Fritos con queso con PATATAS FRITAS MANZANA AL HORNO
	CENA	JUDIAS VERDES CON PATATAS SACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REBOGADA (1/2 PAN) YOGUR	JUDIAS VERDES CON PATATAS SACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REBOGADA YOGUR DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	JUDIAS VERDES CON PATATAS SACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REBOGADA YOGUR DESMAYADO	JUDIAS VERDES CON PATATAS SACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REBOGADA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE MIDE SACALAO AL VAPOR CON CALABACÍN REBOGADA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE MIDE SACALAO AL VAPOR CON CALABACÍN REBOGADA FRUTA EN SU JUGO	JUDIAS VERDES CON PATATAS EMPANADAS SACALAO AL VAPOR CON BERBERENA REBOGADA YOGUR
MAYORISTA	COMIDA	ARROZ CALDO DE PESCADO AMONITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRÓN YOGUR	SI EN ARROZ CALDO DE PESCADO AMONITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRÓN YOGUR DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	ARROZ CALDO DE PESCADO AMONITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRÓN YOGUR DESMAYADO	ARROZ CALDO DE PESCADO AMONITOS DE POLLO AL AJO CON ZANAHORA YOGUR DESMAYADO	ARROZ BLANCO CON PESCADO AMONITOS DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORA YOGUR DESMAYADO	ARROZ CON VERDURAS AMONITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRÓN FRUTA EN SU JUGO	ARROZ CALDO DE PESCADO EMPANADO AMONITOS DE POLLO AL AJO CON PIMIENTO MORRÓN YOGUR
	CENA	CREMA DE GUSANOS JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA	CREMA DE GUSANOS JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE GUSANOS JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA	CREMA DE GUSANOS JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE GUSANOS JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE GUSANOS ESPESA JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE GUSANOS EMPANADO JAMÓN Y QUESO FRESCO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA
MAYORISTA	COMIDA	CREMA DE MARRISCO FALDA DE TERNERA COCCO CON PATATAS CARNAR NOMBRE A LA PT) FRUTA	CREMA DE MARRISCO FALDA DE TERNERA COCCO CON PATATAS FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACÍN FALDA DE TERNERA COCCO CON PATATAS FRUTA	CREMA DE CALABACÍN FALDA DE TERNERA COCCO CON PATATAS FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACÍN FALDA DE TERNERA COCCO CON PATATAS FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE CALABACÍN ESPESA FALDA DE TERNERA COCCO CON ARROZ FRUTA (1/2 PAN)	CREMA DE MARRISCO EMPANADO FALDA DE TERNERA COCCO CON PATATAS FRUTA
	CENA	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO/SALZICAR (1/2 PAN)	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO	PANACHE DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO DESMAYADO	SOPEA DE ZANAHORA MERLUZA AL HORNO CON PATATAS HERVIDA YOGUR DESMAYADO	SOPEA DE ZANAHORA MERLUZA AL HORNO CON PATATAS HERVIDA FRUTA EN SU JUGO	PANACHE DE VERDURAS EMPANADO MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO
VALORACIÓN NUTRICIONAL GRAMA DESMAYADO + COMIDA + MANZANA + CENA								
Kcal	1000-2100 kcal	1700-3700 kcal	1000-1600 kcal	1700-1800 kcal	1700-1800 kcal	1700-1800 kcal	1700-1800 kcal	2100-2300 kcal
N. C	50-60%	40-50%	50-55%	50-55%	50-60%	50-60%	50-60%	40-50%
Prot	11-10%	16-17%	17-18%	16-17%	16-17%	16-17%	16-17%	17-18%
Lip	30-35%	30-35%	30-35%	30-35%	30-35%	30-35%	30-35%	30-35%

El plato regional está sellado en verde y en negro

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

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

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN MÉDICO O SIS

Cátedra de Nutrición, IISGM (340)

SP Colap. CMT 03723P

DOMUS

 INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN

 EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

 IISGM (340)

 C/Colap, 37

 41013 Sevilla (España)

 T: 954 24 24 24

 F: 954 24 24 24

 www.domus.es

 DPTO. NUTRICIÓN

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	GARBANZOS CON CALLOS --- HUEVOS DUROS CON BECHAMEL --- FRUTA	MACARRONES CON CHORIZO --- BACALAO GRATINADO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS --- FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS --- ESTOFADO DE POLLO --- FRUTA	REPOLLO AL AJOARRIERO --- PAELLA VALENCIANA --- FRUTA	ENSALADA ALEMANA --- PESCADO DEL DÍA FRITO CON PATATAS AL HORNO --- FRUTA	LENTEJAS CON ARROZ --- MUSLO DE POLLO CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO. --- FRUTA	MEJILLONES A LA MARINERA --- SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA 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 SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS Y PATATA --- YOGURT	CREMA DE GUISANTES --- REVUELTO DE VERDURAS --- YOGURT	CALDO DE JUDÍAS --- HOJALDRE DE JAMÓN 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
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



N.º	DASAL 25	DIETA CONTROLADA EN HIPÓFOS DE CARBONO	HIPOCALÓRICA	BAJA EN GRASAS SATURADAS	PROTECCIÓN GASTRO-HEPÁTICA	ASIRINGENO	IBSAL	HIPOCALÓRICA-HEPATOPROTECTORA
LUNES	DESAYUNO	ARRIARDO CON FRUITS	ARRIARDO CON CALDO	3/4 ARRANDEO CONVERGENTE	GARRINOS CON VERDURA	CREMA DE CALABAZA (sin piel ni semillas)	GARRINOS CON VERDURA	GARRINOS CON CALDO ENRIQUECIDO
	DESAYUNO	BUÑOS DURA CON BOMBAL	BUÑOS DURA CON BOMBAL	TORTILLA DE JAMÓN CUOCO CON BOMBAL (EJEMPLO, TOMATE Y ACEITUNA)	TORTILLA DE JAMÓN CUOCO CON BOMBAL (EJEMPLO, TOMATE Y ACEITUNA)	TORTILLA DE JAMÓN CUOCO CON BOMBAL (EJEMPLO, TOMATE Y ACEITUNA)	TORTILLA DE JAMÓN CUOCO CON BOMBAL (EJEMPLO, TOMATE Y ACEITUNA)	BUÑOS DURA CON BOMBAL
LUNES	DESAYUNO	YOGUR	YOGUR SUAVE	YOGUR DESNATADO (SIN AZÚCAR) (LITRO)	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR DESNATADO	YOGUR
	DESAYUNO	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE CALABAZA (ENRIQUECIDO)
MARTES	DESAYUNO	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA	BALANCO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA
	DESAYUNO	FRUTA EN EL BOCAL	FRUTA EN EL BOCAL	FRUTA EN EL BOCAL	FRUTA EN EL BOCAL	FRUTA EN EL BOCAL	FRUTA EN EL BOCAL	FRUTA EN EL BOCAL
MARTES	DESAYUNO	MACARRONES BAPULFINA	MACARRONES BAPULFINA	3/4 MACARRONES BAPULFINA (CON QUESO)	MACARRONES BAPULFINA (CON QUESO)	MACARRONES CON ZANAHORIA	MACARRONES CON ZANAHORIA (BIBAL)	MACARRONES BAPULFINA (ENRIQUECIDO)
	DESAYUNO	MACARRONES BAPULFINA	MACARRONES BAPULFINA	MACARRONES BAPULFINA (CON QUESO)	MACARRONES BAPULFINA (CON QUESO)			
MIÉRCOLES	DESAYUNO	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO			
	DESAYUNO	SOPEA DE PATATA	SOPEA DE PATATA	SOPEA DE PATATA	SOPEA DE PATATA	SOPEA DE PATATA	SOPEA DE PATATA	SOPEA DE PATATA
MIÉRCOLES	DESAYUNO	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA
	DESAYUNO	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO			
JUEVES	DESAYUNO	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA
	DESAYUNO	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO			
VIERNES	DESAYUNO	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA
	DESAYUNO	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO			
SÁBADO	DESAYUNO	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA
	DESAYUNO	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO			
DOMINGO	DESAYUNO	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA	ARRIARDO CON VERDURA
	DESAYUNO	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO	ESTOFADO DE JUE AL HORNO CON CALDO			

El plato regional está señalado en verde y en negra. En comida y cena, se ofrecerá pan o pan integral (preferentemente pan integral). Pan blanco en la dieta protección gastrohepática y antiirrigeno. Pan blanco sin sal en las dietas renales. No se ofrecerá pan en las dietas sólidas diálisis, y renales y renales (opcional) leche o yogur. Diabéticos según pauta médica.