

# MENÚ CONTINGENCIA MEDIREST - DOMUSVI

Del ...../...../20..... al ...../...../20.....

Otoño / Invierno 19-20

| S 1             | Lunes                                                                                        | Martes                                                                                                   | Miércoles                                                                         | Jueves                                                                                              | Viernes                                                                                          | Sábado                                                                                                                 | Domingo                                                                              |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Comida          | LENTEJAS CASERAS<br>HAMBURGUESA A LA PLANCHA<br>GU LECHUGA CON CEBOLLA<br>FRUTA DE TEMPORADA | PISTO MANCHEGO<br>JAMONCITOS DE POLLO AL TOMILLO<br>CON PATATA ASADA<br>FRUTA DE TEMPORADA               | ARROZ CON VERDURAS<br>LOMO AL HORNO<br>CON TOMATE Y ORÉGANO<br>FRUTA DE TEMPORADA | MENESTRA DE VERDURA REHOGADA<br>CAELLA ENCEBOLLADA<br>GU PATATAS CON PIMENTON<br>FRUTA DE TEMPORADA | JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS<br>CINTA DE SAJONIA<br>CON CHAMPIÑONES<br>FRUTA DE TEMPORADA            | COLIFLOR GRATINADA CON QUESO<br>CABALLA A LA ANDALUZA<br>CON REFrito DE AJOS<br>CON PATATA ASADA<br>FRUTA DE TEMPORADA | MACARRONES CON CHORIZO<br>ALBONDIGAS MIXTA A LA JARDINERA<br>FRUTA DE TEMPORADA      |
| Cena            | SOPA DE VERDURAS<br>TORTILLA DE CALABACIN<br>CON TOMATE AL HORNO<br>YOGURES                  | SOPA DE FIDEOS<br>MERLUZA A LA ROMANA<br>CON VERDURA:<br>CALABACÍN, JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA<br>YOGURES | CREMA DE VERDURA<br>TORTILLA FRANCESA<br>CON PATATA DADO<br>YOGURES               | CREMA PARMENTIERE<br>HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA<br>CON ZANAHORIA<br>SALTEADA<br>YOGURES       | SOPA DE ESTRELLAS<br>EMPANADA DE HOJALDRE RELLENA DE ATÚN<br>GU CALABACIN<br>SALTEADO<br>YOGURES | CREMA DE CALABAZA NATURAL<br>TORTILLA DE PATATA<br>CON TOMATE ALIÑADO<br>YOGURES                                       | CREMA DE CALABACÍN<br>FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA<br>CON JUDÍAS VERDES<br>YOGURES |
| Energía (Kcal.) | 2.330 Kcal                                                                                   | 2.364 Kcal                                                                                               | 2.460 Kcal                                                                        | 2.197 Kcal                                                                                          | 2.566 Kcal                                                                                       | 2.597 Kcal                                                                                                             | 2.268 Kcal                                                                           |
| Proteínas (g.)  | P: 96                                                                                        | P: 95                                                                                                    | P: 99                                                                             | P: 102                                                                                              | P: 86                                                                                            | P: 96                                                                                                                  | P: 95                                                                                |
| H.Carbono(g.)   | HC: 250                                                                                      | HC: 270                                                                                                  | HC: 287                                                                           | HC: 276                                                                                             | HC: 288                                                                                          | HC: 280                                                                                                                | HC: 265                                                                              |
| Lípidos (g.)    | L: 94                                                                                        | L: 93                                                                                                    | L: 94                                                                             | L: 67                                                                                               | L: 109                                                                                           | L: 113                                                                                                                 | L: 85                                                                                |

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA- NUTRICIONISTA  
CGDO. MAD000104



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006

FIRMA DIETISTA:



Servimos con Corazón

# MENÚ CONTINGENCIA MEDIREST - DOMUSVI



Del ...../...../20..... al ...../...../20.....

Otoño / Invierno 19-20

| S 2                                                                                                 | Lunes                                                                                                     | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | Domingo |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|--------|---------|--------|---------|
| Comida                                                                                              | SOPA DE AJO<br>TRASERO DE POLLO<br>ASADO<br>CON PIMIENTO VERDE EN<br>TIRAS SALTEADO<br>FRUTA DE TEMPORADA |        |           |        |         |        |         |
| Cena                                                                                                | CREMA VICHY<br>YORK PLANCHA CON<br>QUESO FRESCO<br>CON TOMATE PROVENZAL<br>YOGURES                        |        |           |        |         |        |         |
| Energía (Kcal.) 2.479 Kcal<br>Proteínas (g.) P: 126<br>H.Carbono(g.) HC: 239<br>Lípidos (g.) L: 108 |                                                                                                           |        |           |        |         |        |         |

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA- NUTRICIONISTA  
CGDO. MAD000104



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006