

v.1		SIN LACTOSA ESTRUCTA	CELÍACA	CELÍACA SIN FRUTOS SECOS	CELÍACA SIN LACTOSA ESTRUCTA	SIN HUEVO	SIN HUEVO; SIN LACTOSA	SIN CARNE Y SIN PESCADO	SIN CARNE	SIN CERDO	SIN PESCADO	SIN CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS NI MARISCOS
LUNES	COMIDA	PASTA CON CARNE MAGRA; JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR SIN LACTOSA	PASTA SIN GLUTEN CON CARNE MAGRA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR	PASTA SIN GLUTEN CON CARNE MAGRA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR	PASTA SIN GLUTEN CON CARNE MAGRA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR SIN LACTOSA	LASAÑA BOLDRESA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR	PASTA CON CARNE MAGRA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR SIN LACTOSA	PASTA CON VERDURAS GUISANTES CON ZANAHORIA YOGUR	PASTA CON VERDURAS BACALAO AL HORNO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR	PASTA CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR	PASTA CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR	PASTA CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES REHOGADOS YOGUR
	CENA	ENSALADA ILUSTRADA (SIN QUESO) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA (SIN QUESO) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA GALLINETA A LA PLANCHA CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA (SIN QUESO) GALLINETA A LA PLANCHA CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA (SIN ATÚN) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA (SIN ATÚN) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO	ENSALADA ILUSTRADA (SIN ATÚN) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO
MARTES	COMIDA	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE (sin atún) HABAS SALTEADAS CON CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN CALDERETA DE PESCADO	ENSALADA DE TOMATE (sin atún) HABAS SALTEADAS CON CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN MERLUZA AL HORNO CON PATATA
	CENA	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR SIN LACTOSA	FRUTA SOPA DE PASTA (sin gluten) LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR	FRUTA SOPA DE PASTA (sin gluten) LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR SIN LACTOSA	FRUTA SOPA DE PASTA (sin gluten) LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR SIN LACTOSA	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR SIN LACTOSA	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS (caldo vegetal) REVUELTO DE HUEVO CON VERDURITAS CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS (caldo vegetal) REVUELTO DE HUEVO CON VERDURITAS CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR	FRUTA SOPA DE ESTRELLAS LOMO DE SAJONIA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ) YOGUR
MIÉRCOLES	COMIDA	POTAJE DE HABICHUELAS HUEVOS AL PLATO	POTAJE DE HABICHUELAS HUEVOS AL PLATO	POTAJE DE HABICHUELAS HUEVOS AL PLATO	POTAJE DE HABICHUELAS (sin huevo) CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON CALABACÍN REHOGADO YOGUR	POTAJE DE HABICHUELAS (sin huevo) CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON CALABACÍN REHOGADO YOGUR SIN LACTOSA	POTAJE DE HABICHUELAS (sin huevo) CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON CALABACÍN REHOGADO YOGUR	HUEVOS AL PLATO (sin jamón) YOGUR	HUEVOS AL PLATO (sin jamón) YOGUR	HUEVOS AL PLATO (sin jamón) YOGUR	HUEVOS AL PLATO (sin jamón) YOGUR	HUEVOS AL PLATO (sin jamón) YOGUR
	CENA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR SALCHICHAS VEGETALES CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA AL VAPOR BACALAO A LA BILBAÍNA CON SALTEADO MEDITERRANEO FRUTA
JUEVES	COMIDA	ENSALADA DE PASTA LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR SIN LACTOSA SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE PASTA (sin gluten) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin gluten) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin gluten) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR SIN LACTOSA SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE PASTA (sin huevo) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin huevo) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR SIN LACTOSA SOPA DE VERDURAS	ENSALADA DE PASTA (sin jamón) HAMBURGUESA VEGETAL CON GRELOS YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin jamón) HAMBURGUESA VEGETAL CON GRELOS YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin jamón) HAMBURGUESA VEGETAL CON GRELOS YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin jamón) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR	ENSALADA DE PASTA (sin jamón) LACÓN CON GRELOS (sin patata) YOGUR
	CENA	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO CREMA DE CALABAZA	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO CREMA DE CALABAZA	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO CREMA DE CALABAZA	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS (sin chorizo)	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS	TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PIMIENTO) MANZANA AL HORNO LENTEJAS ESTOFADAS
VIERNES	COMIDA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA	PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON CALABACÍN REHOGADO FRUTA
	CENA	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO SIN LACTOSA SALPICÓN	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO SIN LACTOSA SALPICÓN	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO SIN LACTOSA SALPICÓN	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO SIN LACTOSA SALPICÓN	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO SIN LACTOSA SALPICÓN	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO SIN LACTOSA SALPICÓN	BROCOLI REHOGADO (sin jamón) CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO	BROCOLI REHOGADO (sin jamón) CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO	BROCOLI REHOGADO (sin jamón) CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO	BROCOLI CON JAMÓN SERRANO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA (TOMATE Y ACEITUNAS) LÁCTEO
SÁBADO	COMIDA	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA VEGETAL CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA VEGETAL CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	HAMBURGUESA VEGETAL CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA
	CENA	REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR SIN LACTOSA	REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR SIN LACTOSA	LOMO A LA PLANCHA CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	LOMO A LA PLANCHA CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR SIN LACTOSA	REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR	REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR
DOMINGO	COMIDA	ENTREMES (SIN QUESO) PAELLA DE CARNE LÁCTEO SIN LACTOSA	ENTREMES PAELLA DE CARNE LÁCTEO	ENTREMES PAELLA DE CARNE LÁCTEO	ENTREMES (SIN QUESO) PAELLA DE CARNE LÁCTEO SIN LACTOSA	ENTREMES PAELLA DE CARNE LÁCTEO	ENTREMES (SIN QUESO) PAELLA DE CARNE LÁCTEO SIN LACTOSA	CREMA DE ZANAHORIA GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO	CREMA DE ZANAHORIA GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO	CREMA DE ZANAHORIA GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO	ENTREMES PAELLA DE CARNE LÁCTEO	ENTREMES PAELLA DE CARNE LÁCTEO
	CENA	MENESTRA CON PATATA CABALLA ESCABECHADA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA AL HORNO CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA AL HORNO CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA AL HORNO CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA ESCABECHADA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA ESCABECHADA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA SALCHICHAS VEGETALES CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA ESCABECHADA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA ESCABECHADA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	POLLO A LA PLANCHA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA	MENESTRA CON PATATA CABALLA ESCABECHADA CON GUISANTES CON ZANAHORIA FRUTA
kcal		1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET 16-17% VET 30-35% VET

Se han eliminado los alimentos que por su propia naturaleza contienen el alérgeno indicado.

En Cocina se debe **asegurar la ausencia de alérgenos**, revisando las etiquetas de los productos a la hora de elaborar los platos y evitando la contaminación cruzada

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas González, Nekane (MD)

Nº Coleg. CAT 002220

MEDICO O RH:

[Firma manuscrita]

Domus
CORUÑA
Centro Residencial para mayores
GERIATROS, S.A.U.

v.1	SIN LACTOSA ESTRUCTICA	CELÍACA	CELÍACA SIN FRUTOS SECOS	CELÍACA SIN LACTOSA ESTRUCTICA	SIN HUEVO	SIN HUEVO; SIN LACTOSA	SIN CARNE Y SIN PESCADO	SIN CARNE	SIN CERDO	SIN PESCADO	SIN CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS Y MARISCOS
LUNES	COMIDA COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR SIN LACTOSA	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR
	CENA SOPA DE PESCADORES TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES (SIN GLUTEN) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES (SIN GLUTEN) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES (SIN GLUTEN) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PESCADORES TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE PASTA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRUTA
	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES	MARTES
MARTES	COMIDA PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR SIN LACTOSA	PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR	PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR	PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR SIN LACTOSA	PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR	PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR SIN LACTOSA	PATATAS CON VERDURAS CALABACÍN A LA PLANCHAS CON QUESO YOGUR	PATATAS CON VERDURAS SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR	PATATAS CON VERDURAS SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR	PATATAS A LA RIOJANA CALABACÍN A LA PLANCHAS CON QUESO YOGUR	PATATAS A LA RIOJANA SALMÓN AL PAPILLOTE YOGUR
	CENA JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO EMPANADO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO TORTILLA DE VERDURITAS ASADAS CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA TORTILLA DE VERDURITAS ASADAS CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA PAVO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO EMPANADO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO LOMO EMPANADO CON ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA
	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES	MÉRCULES
MÉRCULES	COMIDA MACARRONES CON TOMATE POLLO EN PEPIITORIA CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR SIN LACTOSA	MACARRONES GRATINADOS (SIN QUESO) POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR	MACARRONES GRATINADOS (SIN QUESO) POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR	MACARRONES CON TOMATE (SIN QUESO) POLLO AL HORNO CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR SIN LACTOSA	MACARRONES GRATINADOS POLLO EN PEPIITORIA CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR	MACARRONES GRATINADOS POLLO EN PEPIITORIA CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR SIN LACTOSA	MACARRONES CON TOMATE HAMBURGUESA VEGETAL CON ZANAHORIAS YOGUR	MACARRONES GRATINADOS (SIN QUESO) HAMBURGUESA VEGETAL CON ZANAHORIAS YOGUR	MACARRONES GRATINADOS (SIN QUESO) POLLO EN PEPIITORIA CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR	MACARRONES GRATINADOS POLLO EN PEPIITORIA CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR	MACARRONES GRATINADOS POLLO EN PEPIITORIA CON CHAMPIÑONES CON ZANAHORIA YOGUR
	CENA CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS MERLUZA A LA PLANCHAS CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS MERLUZA A LA PLANCHAS CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON BERENIENA REHOGADA FRUTA
	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES	JUEVES
JUEVES	COMIDA CALDO GALLEGO PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO PESCADO BLANCO DEL DÍA A LA PLANCHAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO PESCADO BLANCO DEL DÍA A LA PLANCHAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO PESCADO BLANCO DEL DÍA A LA PLANCHAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO VERDURAS SALTEADAS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON REPOLLO PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO MAGRO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA	CALDO GALLEGO PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA
	CENA ENSALADA MIXTA LOMO AL HORNO CON PATATA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADA CÉSAR (SIN PICATOSTES) LOMO AL HORNO CON PATATA AL HORNO YOGUR	ENSALADA CÉSAR (SIN PICATOSTES) LOMO AL HORNO CON PATATA AL HORNO YOGUR	ENSALADA MIXTA LOMO AL HORNO CON PATATA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADA CÉSAR (SIN MAYONESA) LOMO AL HORNO CON PATATA AL HORNO YOGUR	ENSALADA CÉSAR (SIN MAYONESA) LOMO AL HORNO CON PATATA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADA CÉSAR (SIN CARNE) HABAS ESTOFADAS (SIN JAMÓN) YOGUR	ENSALADA CÉSAR (SIN CARNE) HABAS ESTOFADAS (SIN JAMÓN) YOGUR	ENSALADA CÉSAR (SIN BACÓN) HABAS ESTOFADAS (SIN JAMÓN) YOGUR	ENSALADA CÉSAR EMPANADA DE CARNE CON TOMATE AL HORNO YOGUR	ENSALADA CÉSAR EMPANADA DE CARNE CON TOMATE AL HORNO YOGUR
	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES
VIERNES	COMIDA VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	CREMA DE CALABACÍN HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	CREMA DE CALABACÍN HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	CREMA DE CALABACÍN HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO LOMO A LA PLANCHAS CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO LOMO A LA PLANCHAS CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA	VERDURAS ASADAS CON SALSA ROMESCO HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA
	CENA SOPA MARAVILLA BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA YOGUR SIN LACTOSA	SOPA MARAVILLA BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA LÁCTEO	SOPA MARAVILLA BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA YOGUR SIN LACTOSA	SOPA MARAVILLA (CALDO VEGETAL) CROQUETAS VEGETALES CON CALABAZA REHOGADA LÁCTEO	SOPA MARAVILLA (CALDO VEGETAL) BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA LÁCTEO	SOPA MARAVILLA BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA LÁCTEO	SOPA MARAVILLA CROQUETAS VEGETALES CON CALABAZA REHOGADA LÁCTEO	SOPA MARAVILLA BACALAO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA LÁCTEO
	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO	SÁBADO
SÁBADO	COMIDA COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR SIN LACTOSA	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR SIN LACTOSA	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR SIN LACTOSA	COLIFLOR AL AJILLO GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	COLIFLOR AL AJILLO ARROZ MELOSO CON RAPE Y GAMBAS YOGUR
	CENA ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS A LA VINAGRETA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS A LA VINAGRETA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA TORTILLA FRANCESA CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA TORTILLA FRANCESA CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS Y PATATAS AL HORNO FRUTA
	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO	DOMINGO
DOMINGO	COMIDA ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR	ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR	ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADILLA RUSA (SIN HUEVO) MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO LÁCTEO	ENSALADILLA RUSA (SIN HUEVO) MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADILLA RUSA REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN REHOGADO LÁCTEO	ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO LÁCTEO	ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO LÁCTEO	ENSALADILLA RUSA (SIN ATÚN) REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN AL HORNO LÁCTEO	ENSALADILLA RUSA REVUELTO DE HUEVO CON CALABACÍN AL HORNO LÁCTEO
	CENA CREMA DE GUISANTES PAVO ASADO CON MENESTRA REHOGADA (METER G EN FICHA) FRUTA	CREMA DE GUISANTES PAVO ASADO CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES PAVO ASADO CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES PAVO ASADO CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES PIZZA DE JAMÓN Y QUESO FRUTA	CREMA DE GUISANTES PAVO ASADO CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES SALCHICHAS VEGETALES CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES SALCHICHAS VEGETALES CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES PAVO ASADO CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	CREMA DE GUISANTES PIZZA DE JAMÓN Y QUESO FRUTA	CREMA DE GUISANTES PIZZA DE JAMÓN Y QUESO FRUTA
	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)	VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)
Real	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal
% Carbono	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET	49-55% VET
% Proteína	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET
% Grasas	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET

Se han eliminado los alimentos que por su propia naturaleza contienen el alérgeno indicado.

En Cocina se debe **asegurar la ausencia de alérgenos**, revisando las etiquetas de los productos a la hora de elaborar los platos y evitando la contaminación cruzada

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN
Cárdenas González, Nekane (MD)
Nº Coleg. CAT 902220

MEDICO O.RIS:

Domus
CORUÑA
Centro Residencial para mayores
GERIATROS, S.A.U.

Semana Nº del al de del 202

v.1	SIN LACTOSA Estricta	CELIACA	CELIACA SIN FRUTOS SECOS	CELIACA SIN LACTOSA Estricta	SIN HUEVO	SIN HUEVO; SIN LACTOSA	SIN CARNE Y SIN PESCADO	SIN CARNE	SIN CERDO	SIN PESCADO	SIN CRUSTACEOS, MOLLUSCOS NI MARISCOS
LUNES	COMIDA LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS (SIN MAYONESA) CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR SIN LACTOSA	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS (SIN MAYONESA) CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS (SIN MAYONESA) CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS (SIN MAYONESA) CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR SIN LACTOSA	LENTEJAS CON VERDURAS FOGONERO AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS FOGONERO AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR SIN LACTOSA	LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS CON SALSA AURORA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS CON SALSA AURORA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS RELLENOS CON SALSA AURORA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA) YOGUR
	CENA ENSALADA DE TOMATE SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS VEGETALES AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS VEGETALES AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO SALCHICHAS AL HORNO PATATAS AL HORNO FRUTA
MARTES	COMIDA MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA REVUELTO DE HUEVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA REVUELTO DE HUEVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA	MEJILLONES A LA VINAGRETA ESTOFADO DE PAVO CON ARROZ FRUTA
	CENA CREMA DE CALABAZA LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR SIN LACTOSA	CREMA DE CALABAZA LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR	CREMA DE CALABAZA LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR SIN LACTOSA	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR SIN LACTOSA	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR	CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO YOGUR
MIÉRCOLES	COMIDA MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR SIN LACTOSA	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR SIN LACTOSA	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR SIN LACTOSA	MACARRONES CON TOMATE ALBONDIGAS VEGETALES CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON TOMATE BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON TOMATE BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON CHORIZO ALBONDIGAS VEGETALES CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR	MACARRONES CON CHORIZO BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS REHOGADOS YOGUR
	CENA REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO FRUTA	REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO FRUTA	PAVO ASADO TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	PAVO ASADO TOMATE AL HORNO FRUTA	REVUELTO DE VERDURAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	REVUELTO DE AIETES Y GAMBAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA	REVUELTO DE VERDURAS TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA
JUEVES	COMIDA ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS VERDURAS AL HORNO FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS VERDURAS AL HORNO FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS COSTILLA DE CERDO GUISADA CON MENESTRA REHOGADA FRUTA
	CENA SOPA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON ESPÁRRAGOS YOGUR	SOPA DE PASTA MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS YOGUR
VIERNES	COMIDA ENSALADILLA DE VERANO PESCADO DEL DÍA FRITO COULIFLOR REHOGADA YOGUR SIN LACTOSA	ENSALADILLA DE VERANO FOGONERO A LA PLANCHA CON COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO FOGONERO A LA PLANCHA CON COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO FOGONERO A LA PLANCHA CON COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO SIN LACTOSA	ENSALADILLA DE VERANO PESCADO DEL DÍA FRITO COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO PESCADO DEL DÍA FRITO COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO SIN LACTOSA	ENSALADILLA DE VERANO HAMBURGUESA VEGETAL CON COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO PESCADO DEL DÍA FRITO COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO PESCADO DEL DÍA FRITO COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO LOMO A LA PLANCHA CON COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO	ENSALADILLA DE VERANO PESCADO DEL DÍA FRITO COULIFLOR REHOGADA LÁCTEO
	CENA GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO A LA NARANJA CON CALABACIN ASADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO AL HORNO (SIN SALSA) CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO AL HORNO (SIN SALSA) CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO AL HORNO (SIN SALSA) CON CALABACIN ASADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO A LA NARANJA CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO A LA NARANJA CON CALABACIN ASADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA TORTILLA FRANCESA CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO A LA NARANJA CON CALABACIN GRATINADO FRUTA	GUISANTES CON PATATA LOMO DE CERDO A LA NARANJA CON CALABACIN GRATINADO FRUTA
SÁBADO	COMIDA COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR SIN LACTOSA	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR SIN LACTOSA	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS YOGUR	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR	COCIDO GALLEGO SEGUNDO DEL COCIDO YOGUR
	CENA SOPA DE AJO BOQUERONES FRITOS CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) GALLINETA AL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) GALLINETA AL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) GALLINETA AL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA BOQUERONES FRITOS CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA BOQUERONES FRITOS CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) REVUELTO DE HUEVO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) REVUELTO DE HUEVO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE AJO BOQUERONES FRITOS CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE AJO REVUELTO DE HUEVO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA	SOPA DE AJO BOQUERONES FRITOS CON SALTEADO MEDITERRÁNEO FRUTA
DOMINGO	COMIDA PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO YOGUR SIN LACTOSA	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO SIN LACTOSA	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO SIN LACTOSA	PUERROS ASADOS ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS LÁCTEO	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO	PUERROS ASADOS ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS LÁCTEO	PUERROS ASADOS ARROZ CALDOSO DE PESCADO LÁCTEO
	CENA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS FRUTA

Se han eliminado los alimentos que por su propia naturaleza contienen el alérgeno indicado.

En Cocina se debe **asegurar la ausencia de alérgenos**, revisando las etiquetas de los productos y la nota de elaboración de los platos y evitando la contaminación cruzada

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas González, Nekane (M)
Nº Coleg. CAT 002320

MEDICO O.M.S:



CORUÑA

Centro Residencial para mayores
GERIATROS, S.A.U.

	v.1	SIN LACTOSA ESTRUCTICA	CELÍACA	CELÍACA SIN FRUTOS SECOS	CELÍACA SIN LACTOSA ESTRUCTICA	SIN HUEVO	SIN HUEVO; SIN LACTOSA	SIN CARNE Y SIN PESCADO	SIN CARNE	SIN CERDO	SIN PESCADO	SIN CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS NI MARISCO
LUNES	COMIDA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS (sin chorizo) CÓFLOL REHOGADA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS (sin chorizo) BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS (sin chorizo) BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS LOMO A LA PLANCHA CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS GUIADAS BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA
	CENA	SOPA DE PICADILLO MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PICADILLO (SIN GLUTEN) MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PICADILLO (SIN GLUTEN) MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PICADILLO (SIN GLUTEN) MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PICADILLO (sin huevo) MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PICADILLO (sin huevo) MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PICADILLO (sin huevo) MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) HAMBURGUESA VEGETAL CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN Y CEBOLLA)	SOPA DE PASTA (CALDO VEGETAL) HAMBURGUESA VEGETAL CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	SOPA DE PASTA MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN, CEBOLLA Y ATÚN)	MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (PIMIENTO MORRÓN Y CEBOLLA)
MARTES	COMIDA	YOGUR SIN LACTOSA CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR SIN LACTOSA CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR SIN LACTOSA CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CÓCTEL DE MARISCO	YOGUR CREMA DE CHAMPIÑONES	YOGUR CREMA DE CHAMPIÑONES
	CENA	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO SIN LACTOSA	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO SIN LACTOSA	CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO	CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO SIN LACTOSA	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS (sin jamón) SÁNWICH DE QUESO CON ZANAHORIA REHOGADA LÁCTEO	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS (sin jamón) MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS (sin jamón) MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO SÁNWICH DE QUESO CON ZANAHORIA REHOGADA LÁCTEO	HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA PARRILLADA DE VERDURAS CON JAMÓN SERRANO MERLUZA A LA GALLEGA LÁCTEO
MIÉRCOLES	COMIDA	FIDEUÀ MARINERA PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SIN LACTOSA SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA (SIN GLUTEN) PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA (SIN GLUTEN) PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA (SIN GLUTEN) PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SIN LACTOSA SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SIN LACTOSA SOPA PRIMAVERA	FIDEOS CON VERDURAS ALBÓNDIGAS VEGETALES CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA ALBÓNDIGAS VEGETALES CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEUÀ MARINERA POLLO AL HORNO CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEOS CON VERDURAS PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA	FIDEOS CON VERDURAS PINCHOS MORUNOS CON PIMIENTO ITALIANO YOGUR SOPA PRIMAVERA
	CENA	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA	HOJALDRE DE PUERRO, JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA
JUEVES	COMIDA	LENTEJAS CON CARNE CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR SIN LACTOSA JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	CREMA DE ZANAHORIA CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	CREMA DE ZANAHORIA CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	CREMA DE ZANAHORIA CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR SIN LACTOSA JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	LENTEJAS CON CARNE CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	LENTEJAS CON CARNE CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	LENTEJAS CON CARNE VERDURAS SALTEADAS YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA (SIN JAMÓN)	LENTEJAS CON ZANAHORIA (SIN CARNE) VERDURAS SALTEADAS YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA (SIN JAMÓN)	LENTEJAS CON ZANAHORIA (SIN CARNE) CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA (SIN JAMÓN)	LENTEJAS CON CARNE CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA	LENTEJAS CON CARNE CONTRAMUSLO DE POLLO AL TOQUE DE LIMÓN CON PISTO YOGUR JUDÍAS VERDES A LA PORTUGUESA
	CENA	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS FRUTA MACARRONES BOLOÑESA	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS (SIN GLUTEN) FRUTA MACARRONES BOLOÑESA (SIN GLUTEN)	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS (SIN GLUTEN) FRUTA MACARRONES BOLOÑESA (SIN GLUTEN)	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS (SIN GLUTEN) FRUTA MACARRONES BOLOÑESA (SIN GLUTEN)	MERLUZA A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA FRUTA MACARRONES BOLOÑESA	MERLUZA A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA FRUTA MACARRONES BOLOÑESA	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS FRUTA MACARRONES CON TOMATE	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS FRUTA MACARRONES CON TOMATE	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS FRUTA MACARRONES CON TOMATE	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS FRUTA MACARRONES CON TOMATE	REVUELTO DE SETAS AL AJILLO CON TOSTADAS FRUTA MACARRONES BOLOÑESA
VIERNES	COMIDA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN CROQUETAS VEGETALES CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA	PESCADO DEL DÍA AZUL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR CREMA DE CALABACIN LOMO AL HORNO CON CON ENSALADA (LECHUGA Y ESPÁRRAGOS) FRUTA
	CENA	ENSALADA DE TOMATE AL AJILLO OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE AL AJILLO OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE AL AJILLO OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE AL AJILLO OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE LENTEJAS CON VERDURAS FRUTA GUISANTES REHOGADOS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE LENTEJAS CON VERDURAS FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES REHOGADOS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA
SABADO	COMIDA	OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR SIN LACTOSA VERDURAS ASADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO SIN LACTOSA CREMA DE ZANAHORIA	LENTEJAS CON VERDURAS FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE LENTEJAS CON VERDURAS FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS GARBANZOS CON VERDURAS LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE POLLO AL HORNO CON PATATA AL HORNO FRUTA GUISANTES CON GAMBAS AL AJILLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES REHOGADOS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESE OREJA Y MORRO Á FEIRA FRUTA GUISANTES REHOGADOS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ YOGUR VERDURAS GRATINADAS FALDA DE TERNERA CON PATATA, PIMENTÓN Y ACEITE LÁCTEO CREMA DE ZANAHORIA
	DOMINGO	COMIDA	RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE AL HORNO CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE AL HORNO CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE AL HORNO CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	REVUELTO DE HUEVO CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	RAPE EN SALSA DE ALMENDRAS CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA	CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON BRÓCOLI REHOGADO FRUTA
VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)												
Kcal		1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET	1700-1900 kcal 49-55% VET
H. Carbono		16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET
Proteínas		30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% 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	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET

Se han eliminado los alimentos que por su propia naturaleza contienen el alérgeno indicado.

En Cocina se debe asegurar la **ausencia de alérgenos**, revisando las etiquetas de los productos a la hora de elaborar los platos y evitando la

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cárdenas González, Nekane (MD)

Nº Coleg. CAT 002220

MEDICO O RHS

CORUÑA

Centro Residencial para mayores
GERIATROS, S.A.U.

Semana N° del al de del 202

v.1	SIN LACTOSA ESTRUCTA	CELÍACA	CELÍACA SIN FRUTOS SECOS	CELÍACA SIN LACTOSA ESTRUCTA	SIN HUEVO	SIN HUEVO; SIN LACTOSA	SIN CARNE Y SIN PESCADO	SIN CARNE	SIN CERDO	SIN PESCADO	SIN CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS NI MARISCO
LUNES	COMIDA GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR SIN LACTOSA	GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR	GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR	GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR SIN LACTOSA	GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR	GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR SIN LACTOSA	GARBANZOS CON VERDURAS BROCOLI GRATINADO CON QUESO YOGUR	GARBANZOS CON CALAMARES BROCOLI GRATINADO CON QUESO YOGUR	GARBANZOS CON CALAMARES BROCOLI GRATINADO CON QUESO YOGUR	GARBANZOS CON CALAMARES JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR	GARBANZOS CON VERDURAS JAMÓN ASADO CON BROCOLI REHOGADO YOGUR
CENA	ENSALADA DE TOMATES Y SARDINAS REVUELTO DE YORK CON PATATA AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE TOMATES Y SARDINAS REVUELTO DE YORK Y QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE TOMATES Y SARDINAS REVUELTO DE YORK Y QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE TOMATES Y SARDINAS REVUELTO DE YORK CON PATATA AL VAPOR FRUTA	JAMÓN DE YORK CON QUESO FRESCO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	JAMÓN DE YORK CON PATATA AL VAPOR FRUTA	REVUELTO DE QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	REVUELTO DE QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	REVUELTO DE QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	REVUELTO DE YORK Y QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA	REVUELTO DE YORK Y QUESO CON PATATA AL VAPOR FRUTA
COMIDA	ENSALADA DE ARROZ BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE ARROZ BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE ARROZ BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE ARROZ BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE ARROZ (SIN HUEVO) BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	ENSALADA DE ARROZ (SIN HUEVO) BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	LENTES CON VERDURAS FRUTA	BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA	LENTES CON VERDURAS FRUTA	BACALAO AL VAPOR CON COLIFLOR AL VAPOR FRUTA
COMIDA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA EMPANADA DE ATÚN CON ENSALADA DE PIMIENTOS YOGUR SIN LACTOSA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA	REVUELTO DE CHAMPIÑONES CON PATATA AL HORNO YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA EMPANADA DE ATÚN CON ENSALADA DE PIMIENTOS YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA EMPANADA DE ATÚN CON ENSALADA DE PIMIENTOS YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA AL HORNO YOGUR
COMIDA	PASTA CON BACON SALTEADO MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	PASTA CON BACON SALTEADO (SIN GLUTEN) MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	PASTA CON BACON SALTEADO (SIN GLUTEN) MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	PASTA CON BACON SALTEADO (SIN GLUTEN) MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	PASTA CON BACON SALTEADO MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	PASTA CON BACON SALTEADO MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	CROQUETAS VEGETALES CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	CROQUETAS VEGETALES CON PIMIENTOS REHOGADOS FRUTA	MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA	MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN FRUTA
CENA	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR SIN LACTOSA	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR SIN LACTOSA	CREMA DE GUISANTES FOGONERO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES FOGONERO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR SIN LACTOSA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE GUISANTES TORTILLA DE JAMÓN COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA YOGUR
COMIDA	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACÍN	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACÍN	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACÍN	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS (SIN CHORIZO) MENESTRA REHOGADA LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS (SIN CHORIZO) PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS (SIN CHORIZO) PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS MENESTRA REHOGADA LÁCTEO	ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON BROCOLI AL JILLO LÁCTEO
CENA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA	HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON PATATAS DADO FRUTA
COMIDA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN PAVO A LA PLANCHA CON ARROZ FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN PAVO A LA PLANCHA CON ARROZ FRUTA	ENSALADA DE MELÓN (SIN JAMÓN) ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN (SIN JAMÓN) ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN (SIN JAMÓN) ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN ARROZ A LA CUBANA FRUTA	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN ARROZ A LA CUBANA FRUTA
CENA	SOPA DE FIDEOS PALOMETA EN SALSA CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) PALOMETA AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) PALOMETA AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE PASTA (SIN GLUTEN) PALOMETA AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS PALOMETA EN SALSA CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS PALOMETA EN SALSA CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS (CALDO VEGETAL) ALBÓNDIGAS VEGETALES CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS (CALDO VEGETAL) PALOMETA EN SALSA CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS PALOMETA EN SALSA CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS ALBÓNDIGAS VEGETALES CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA	SOPA DE FIDEOS PALOMETA AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE FRUTA
COMIDA	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES MILANESA DE TERNERA CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA PANACHÉ DE VERDURA CON PATATA	SOPADE TOMATE (SIN PICATOSTES) MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR	SOPADE TOMATE (SIN PICATOSTES) MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR	SOPADE TOMATE (SIN PICATOSTES) MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA PANACHÉ DE VERDURA CON PATATA	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES MAGRO DE TERNERA ASADO CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR SIN LACTOSA PANACHÉ DE VERDURA CON PATATA	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES CALABACÍN GRATINADO CON QUESO YOGUR	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES CALABACÍN GRATINADO CON QUESO YOGUR	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES MILANESA DE TERNERA CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES MILANESA DE TERNERA CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR	SOPADE TOMATE CON PICATOSTES MILANESA DE TERNERA CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR
CENA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (SIN HUEVO) FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (SIN HUEVO) FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA (SIN ATÚN) FRUTA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA MIXTA FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (SIN ATÚN) FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (SIN ATÚN) FRUTA	CUARTO TRASERO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA (SIN ATÚN) FRUTA
COMIDA	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL HORNO CON ZANAHORIAS REHOGADAS YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL HORNO CON ZANAHORIAS REHOGADAS LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL HORNO CON ZANAHORIAS REHOGADAS LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL HORNO CON ZANAHORIAS REHOGADAS YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA CAMPERA (SIN HUEVO) GALLINETA AL HORNO CON GAMBAS CON ZANAHORIAS REHOGADAS LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA (SIN HUEVO) GALLINETA AL HORNO CON ZANAHORIAS REHOGADAS YOGUR SIN LACTOSA CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA CAMPERA (SIN ATÚN) HABAS ESTOFADAS (SIN JAMÓN) LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL CAVA CON GAMBAS CON ZANAHORIAS REHOGADAS LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL CAVA CON GAMBAS CON ZANAHORIAS REHOGADAS LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA (SIN ATÚN) HABAS ESTOFADAS (SIN JAMÓN) LÁCTEO	ENSALADA CAMPERA GALLINETA AL HORNO CON ZANAHORIAS REHOGADAS LÁCTEO
CENA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	FLAMENQUINES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	FLAMENQUINES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	SALCHICHONES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	SALCHICHONES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	SALCHICHONES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	FLAMENQUINES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA	FLAMENQUINES CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA
VALORACIÓN NUTRICIONAL DIARIA (DESAYUNO + COMIDA + MERIENDA + CENA)											
Real	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal	1700-1900 kcal
de Carbohidratos	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET	40-55% VET
Proteínas	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET	16-17% VET
Grasas	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET	30-35% VET

Se han eliminado los alimentos que por su propia naturaleza contienen el alérgeno indicado.

En Cocina se debe asegurar la ausencia de alérgenos, revisando las etiquetas de los productos a la hora de elaborar los platos y evitando la contaminación cruzada

DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

Cristina González, Nutriera (RDG)

RF Cat. Cat. 002220

MEDICO D.O.M.

Domus

CORUÑA

Centro Residencial para mayores
GERIATROS, S.A.U.