

Menú Semana 2 Verano 2017



	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	Lentejas caseras	Patatas guisadas con verduras	Ensalada de judías verdes	Brócoli rehogado	Ensalada murciana	Sopa de cocido	Gazpacho andaluz
	Huevos fritos	Salmón en papillote	Pollo asado	Fideuá	Tortilla de patata y cebolla	Cocido madrileño completo	Arroz a banda con alli oli
Opcional	Macarrones con verduras	Crema de champiñones	Coca de verduras	Crema de legumbres	Crema de calabaza	Puerros con vinagreta	Crema de marisco
	Musaka	Salchichas al vino	Pimientos piquillo rellenos de bacalao	Bacalao gratinado con ajomiel	Arroz seco de puchero	Porción de merluza rebozada	Entremeses variados Hipocalórico
Postres	Fruta	Melocotón en almíbar	Fruta	Fruta	Fruta	Piña en su jugo	Helado
	Yogur sabores	Yogur sabores	Helado	Yogur sabores	Helado	Yogur sabores	Fruta
Valoración nutrición	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT
	876 80 43 38	703 85 25 33	792 76 26 57	567 89 14 20	611 65 29 18	778 99 27 33	517 83 15 13
Cena	Crema de calabaza	Crema de puerros	Crema de guisantes a la francesa c/bacon	Crema de calabacín	Ensaladilla rusa	Crema de verduras	Sopa de lluvia
	Merluza al aroma de laurel	Tortilla de patata y espinacas	Limanda meunière	Cabezada de lomo al horno	Abadejo en salsa verde	Revuelto de ajetes, trigueros y gambas	Halibut encebollado a la mostaza
Opcional	Panaché de verduras	Sopa de pescado	Sopa juliana	Sopa de picadillo	Crema de ave	Espinacas rehogadas con patatas y bacon	Hervido valenciano
	Hamburguesa encebollada	Jamón york a la plancha	Sandwich vegetal con pavo cocido	Sardinillas en aceite	Pavo y queso burgos	Filete de pollo al ajillo	Tosta con tomate y jamón serrano
Postres	Flan casero edulcorado	Yogur sabores	Yogur sabores	Yogur sabores	Helado	Yogur sabores	Yogur sabores
	Fruta	Fruta	Fruta	Peras al vino blanco	Fruta	Fruta	Fruta
Valoración nutrición	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT	KCAL HC LIP PROT
	530 65 17 26	561 73 22 17	746,71 70,74 35,77 33,35	698 65 31 36	720 50 44 29	829 71 40 43	586 68 19 36



ANA NEIDA SICILIA BLAYA
Dietista-Nutricionista
 Nº As. AEDN02112

FIRMA MÉDICO RESIDENCIA:

