

Menú Semana 4 Verano 2017



	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	Salmorejo	Espirales boloñesa	Gazpacho andaluz	Lentejas con verduras	Brócoli rehogado	Sopa de cocido	Ensalada murciana
	Sopa de albóndigas	Arroz caldoso	Sopa juliana	Guisantes salteados con jamón serrano	Ensalada mixta	Escalivada	Crema de espárragos
Opcional	Olla de pollo	Palometa en adobo	Musaka	Huevos fritos	Merluza gratinada con ajomiel	Cocido madrileño completo	Paella de pescado y marisco
	Entremeses variados Hipocalórico	Salchichas al vino	Bacalao al aroma de laurel	Pimientos piquillo rellenos de bacalao	Arroz con coliflor y costilla	Limanda meunière	Halibut encebollado a la mostaza
Postres	Fruta de verano	Manzana asada	Fruta de verano	Macedonia de frutas	Fruta de verano	Fruta de verano	Melocotón en almíbar
	Yogur sabores	Yogur sabores	Yogur sabores	Yogur sabores	Helado	Flan casero edulcorado	Yogur sabores
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
	636 73 21 38	667 85 19 36	650 87 25 16	816 84 37 34	492 68 14 25	797 102 27 34	734 97 27 24
Cena	Crema de calabacín	Sopa de pescado	Crema de zanahoria	Alcachofas guisadas con patatas	Crema de puerros	Crema de verduras	Sopa de picadillo
	Sopa de fideos	Judías verdes rehogadas	Sopa de cebolla	Crema de champiñones	Acelgas rehogadas con zanahoria	Sopa de lluvia	Espinacas con patatas y bacon
Opcional	Halibut al horno	Tortilla de patata y cebolla	Pavo y queso burgos	Limanda enharinada	Filete de pollo al horno	Tortilla francesa	Pastel de pescado
	Pan con tomate y jamón serrano	Abadejo rebozado	Alitas de pollo al ajillo	Jamón york a la plancha	Croquetas de jamón horneadas	Cabezada de lomo al horno	Sandwich de pavo, manzana y salsa rosa
Postres	Yogur sabores	Helado	Fruta de verano	Natillas caseras con galleta	Yogur sabores	Fruta de verano	Helado
	Fruta de verano	Fruta de verano	Yogur sabores	Fruta de verano	Fruta de verano	Yogur sabores	Fruta de verano
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
	540 60 17 34	539 61 23 16	537 64 18 27	614 71 22 28	583 58 24 32	544,46 60,83 23,32 20,07	538 57 17 37



ANA NEIDA SICILIA BLAYA
Dietista-Nutricionista
 Nº As. AEDN02112

FIRMA MÉDICO RESIDENCIA:

