

Menú Semana 5 Verano 2017



	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	Hervido valenciano	Coliflor ajoarriero	Potaje de garbanzos con acelgas	Ensalada de alubias blancas	Ensalada campera	Patatas con pimientos	Ensalada mixta
	Magro de cerdo a la jardinera	Fideuá	Tilapia al limón	Pollo asado a las finas hierbas	Arroz a banda	Huevos fritos	Arroz al horno
Opcional	Gazpacho manchego	Escalivada	Judías verdes al vapor	Gazpacho andaluz	Crema de espárragos	Crema de zanahoria	Patatas a la marinera
	Tortilla de calabacín	Albóndigas en salsa	Lomo en salsa española	Bacalao rebozado	Jamón york a la plancha	Ragout de pavo	Salchichas al vino
Postres	Fruta	Fruta de verano	Melocotón en almíbar	Fruta de verano	Fruta de verano	Fruta de verano	Piña en su jugo
	Yogur sabores	Helado	Yogur sabores	Yogur sabores	Flan casero edulcorado	Helado	Yogur sabores
Valoración nutrición	KCAL HC LIP PROT 752 94 25 36	KCAL HC LIP PROT 745 127 15 24	KCAL HC LIP PROT 848 120 19 46	KCAL HC LIP PROT 866 101 22 62	KCAL HC LIP PROT 758 134 16 20	KCAL HC LIP PROT 869 103 37 127	KCAL HC LIP PROT 888 145 22 25
Cena	Crema de calabacín	Crema de puerros	Sopa de estrellas	Espinacas a la crema	Sopa de picadillo	Crema de calabaza	Alcachofas guisadas con patatas
	Limanda en salsa	Revuelto de ajetes, trigueros y gambas	Pavo y queso burgos	Tortilla de patata y cebolla	Rollitos de york	Halibut en papillote	Hamburguesa de atún a la plancha
Opcional	Sopa de sémola	Guisantes salteados con jamón york	Menestra de verduras rehogada	Sopa de fideos	Panaché de verduras	Sopa de cebolla	Sopa de lluvia
	Filete de pollo al horno	Colitas de rape en adobo	Sardinillas en aceite	Merluza al horno	Rabas de calamar empanadas con limón	Croquetas de jamón horneadas	Alitas de pollo al horno
Postres	Yogur sabores	Natillas caseras con galleta	Yogur sabores	Helado	Yogur sabores	Yogur sabores	Yogur sabores
	Fruta verano	Fruta verano	Manzana asada	Fruta de verano	Fruta de verano	Fruta de verano	Fruta de verano
Valoración nutrición	KCAL HC LIP PROT 690 97 19 30	KCAL HC LIP PROT 869 114 30 34	KCAL HC LIP PROT 748 99 22 36	KCAL HC LIP PROT 703 96 24 16	KCAL HC LIP PROT 718 98 17 41	KCAL HC LIP PROT 749 97 21 39	KCAL HC LIP PROT 693 91 23 28



ANA NEIDA SICILIA BLAYA
Dietista-Nutricionista
Nº As. AEDN02112

FIRMA MÉDICO RESIDENCIA:

