

# RESIDENCIA LA SIRENA

Del 30/07/2018 al 05/08/2018

Primavera – Verano 2018

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	LENTEJAS ESTOFADAS ESCALOPINES EN SALSA CON PURÉ DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES CON ATÚN PASTEL DE SALMÓN CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	FIDEUA LOMO A LA PLANCHA CON MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS RELLENOS CON BECHAMEL CON ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE TOMATE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADILLA RUSA BITOQUES DE TERNERA CON ZANAHORIA SALTEADA HELADO PIÑA EN ALMIBAR
Cena	CREMA DE VERDURAS NATURAL EMPANADA DE ATUN CON PATATAS CHIPS YOGURES	SOPA MINISTRONE MUSLITOS DE POLLO FRITOS CON PIÑA NATILLAS DE VAINILLA	CALABACÍN CON BECHAMEL TORTILLA DE QUESO CON PICADA DE TOMATE Y MAIZ YOGURES	CREMA DE CHAMPIÑÓN PESCADO FRESCO DEL DIA CON PATATA AL VAPOR MOUSSE DE LIMÓN	SOPA DE FIDEOS CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON VERDURITAS SALTEADAS YOGURES	SOPA DE FIDEOS TIRITAS DE PESCADO AL LIMON (MERLUZA) CON CALABAZA ARROZ CON LECHE	CREMA DE CALABAZA NATURAL EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON TOMATE NATURAL YOGURES
Energía (Kcal.)	2.802 Kcal	2.755 Kcal	2.268 Kcal	2.492 Kcal	2.254 Kcal	2.783 Kcal	2.915 Kcal
Proteínas (g.)	P: 99	P: 113	P: 99	P: 105	P: 100	P: 92	P: 103
H.Carbono(g.)	HC: 337	HC: 285	HC: 256	HC: 298	HC: 267	HC: 277	HC: 314
Lípidos (g.)	L: 108	L: 122	L: 88	L: 93	L: 80	L: 140	L: 134

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
Dietista Nutricionista  
Servicio de Nutrición y Dietética



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

# RESIDENCIA LA SIRENA

Del 06/08/2018 al 12/08/2018

Primavera – Verano 2018

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ESPIRALES BOLOÑESA ROTTI DE CERDO ASADO EN SU JUGO CON CALABACÍN REBOZADO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA CAMPERA ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS CON CHORIZO PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	REPOLLO REHOGADO CON PIMENTÓN TORTILLA DE BERENJENAS CON PATATA AL AJILLO MANZANA ASADA	LENTEJAS CASERAS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSAS ESPAÑOLA CON ZANAHORIA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ TRES DELICIAS FILETE DE POLLO EMPANADO CON PURÉ DE MANZANA CREMA CATALANA FRUTA DE TEMPORADA
Cena	CREMA DE JUDÍAS VERDES HALIBUT AL HORNO CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE GUIANTES NATURAL REVUELTO DE JAMÓN CON PICATOSTES NATILLAS DE VAINILLA	SOPA HORTELANA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y MAÍZ YOGURES	CREMA DE ESPINACAS NATURAL TIRAS DE POLLO CON VERDURAS FLAN DE VAINILLA	CALABACÍN CON BECHAMEL PESCADO AZUL REBOZADO CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS YOGURES	SOPA DE FIDEOS BOCADITOS DE SALMON EN SALSAS CON MENESTRA HELADO	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN PLANCHA HELADO
Energía (Kcal.)	2.367 Kcal	2.294 Kcal	2.328 Kcal	2.188 Kcal	2.528 Kcal	2.481 Kcal	2.836 Kcal
Proteínas (g.)	P: 101	P: 98	P: 107	P: 85	P: 103	P: 83	P: 105
H. Carbono (g.)	HC: 262	HC: 281	HC: 248	HC: 265	HC: 270	HC: 313	HC: 337
Lípidos (g.)	L: 95	L: 78	L: 93	L: 83	L: 108	L: 93	L: 112

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
Dietista Nutricionista  
Servicio de Nutrición y Dietética



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

# RESIDENCIA LA SIRENA

Del 13/08/2018 al 19/08/2018

Primavera – Verano 2018

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ENSALADA DE ESPIRALES TRICOLOR LOMO AL AJILLO CON TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS CON VERDURAS POLLO AL CHILINDRÓN CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE QUESO FRESCO Y ATUN PESCADO FRESCO DEL DIA CON PATATA ASADA PIÑA EN ALMIBAR	CREMA DE ESPINACAS NATURAL CABECERO DE LOMO ASADO CON PURÉ DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CASERAS PESCADO AZUL REBOZADO CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS A LO POBRE CON HUEVO Y PIMIENTO HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA HELADO	ARROZ CON TOMATE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON VERDURITAS SALTEADAS GELATINA CON FRUTA BISCUIT DE VAINILLA
Cena	CREMA DE CALABACÍN MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y REMOLACHA YOGURES	PURRUSALDA HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON JUDÍAS VERDES HELADO	SOPA DE PASTA EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON LECHUGA Y ZANAHORIA YOGURES	SOPA DE ESTRELLAS HALIBUT EN SALSAS CON TOMATE Y CEBOLLA YOGURES	SOPA CASTELLANA ROLLITOS DE JAMON RELLENOS DE ENSALADILLA CON ENSALADA YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CINTA DE SAJONIA CON GUIANTES Y ZANAHORIA MANZANA ASADA	CREMA DE ACELGAS POLLO AL LIMÓN CON CEBOLLA ASADA FLAN DE VAINILLA
Energía (Kcal.)	2.251 Kcal	2.628 Kcal	2.246 Kcal	2.235 Kcal	2.352 Kcal	2.455 Kcal	3.194 Kcal
Proteínas (g.)	P: 96	P: 119	P: 101	P: 91	P: 98	P: 87	P: 127
H.Carbono(g.)	HC: 254	HC: 279	HC: 264	HC: 257	HC: 268	HC: 250	HC: 311
Lípidos (g.)	L: 90	L: 107	L: 83	L: 88	L: 91	L: 117	L: 155

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
Dietista Nutricionista  
Servicio de Nutrición y Dietética



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

# RESIDENCIA LA SIRENA

Servimos con Corazón

Del 20/08/2018 al 26/08/2018

Primavera – Verano 2018

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA ZANCARRÓN CON TOMATE CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADILLA RUSA POLLO GUISADO CON PASAS CON JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS ESTOFADO DE TERNERA CON ENCEBOLLADO MACEDONIA	PAELLA PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	VICHYSOISE CARRILLADA DE CERDO CON PURÉ DE ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MEDALLONES DE MERLUZA CON PATATA HERVIDA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO MELOCOTÓN EN ALMÍBAR HELADO
Cena	TRICOLOR DE VERDURAS SALCHICHAS AL VINO CON PURÉ DE PATATA YOGURES	CREMA DE ESPÁRRAGOS BOCADITOS DE ATÚN CON ARROZ BLANCO HELADO	SOPA HORTELANA TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA CON LECHUGA Y PIÑA YOGURES	CREMA DE JUDÍAS VERDES REDONDO DE PAVO ASADO CON ENSALADA NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE GUISANTES NATURAL REVUELTO DE HONGOS CON PICATOSTES YOGURES	SOPA DE LLUVIA SAN JACOBO CON TOMATE, MAIZ, PEPINILLO FLAN DE VAINILLA	CREMA DE CALABAZA NATURAL TORTILLA DE BERENJENAS CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES
Energía (Kcal.)	2.593 Kcal	2.776 Kcal	2.507 Kcal	2.167 Kcal	2.476 Kcal	2.465 Kcal	2.491 Kcal
Proteínas (g.)	P: 105	P: 81	P: 104	P: 106	P: 96	P: 80	P: 89
H.Carbono(g.)	HC: 263	HC: 341	HC: 288	HC: 274	HC: 318	HC: 319	HC: 273
Lípidos (g.)	L: 116	L: 114	L: 98	L: 66	L: 83	L: 89	L: 110

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
Dietista Nutricionista  
Servicio de Nutrición y Dietética



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

# RESIDENCIA LA SIRENA

Del 27/08/2018 al 02/09/2018

Primavera – Verano 2018

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	PASTEL DE VERDURAS ABADEJO AL HORNO CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE Y BACON TRASERO DE POLLO ASADO CON PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	CREMA DE CEBOLLA ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA CON PATATA AL AJILLO FRUTA DE TEMPORADA	POTE DE BERZAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON TOMATE CON PATATA DADO FRUTA DE TEMPORADA	FABADA POLLO GUISADO CON PASAS CON VERDURAS AL VAPOR MANZANA ASADA	PAELLA VALENCIANA MAZA ASADA CON CALABACÍN AL HORNO TARTA SELVA NEGRA FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA DE PESCADO CROQUETAS DE POLLO Y JAMÓN CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES	CREMA DE CHAMPIÑÓN HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON ENSALADA NATILLAS DE CHOCOLATE	CREMA DE CALABACÍN REDONDO DE PAVO ASADO CON TOMATE NATURAL YOGURES	SOPA DE LA ABUELA MUSLO DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA FRESCA FLAN DE VAINILLA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL PASTEL DE ATUN CON PATATA AL VAPOR YOGURES	SOPA DE AJO TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS HELADO	ESPÁRRAGOS CON MAHONESA RODAJA DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO CON PATATA ASADA YOGURES
Energía (Kcal.)	2.143 Kcal	2.768 Kcal	2.011 Kcal	2.312 Kcal	2.410 Kcal	2.547 Kcal	2.543 Kcal
Proteínas (g.)	P: 76	P: 121	P: 114	P: 112	P: 95	P: 101	P: 103
H.Carbono(g.)	HC: 255	HC: 300	HC: 237	HC: 251	HC: 278	HC: 277	HC: 301
Lípidos (g.)	L: 87	L: 114	L: 60	L: 90	L: 94	L: 108	L: 97

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
Dietista Nutricionista  
Servicio de Nutrición y Dietética



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

