

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Patatas riojana	Garbanzos guisados con chorizo	Guisantes con bacon	Arroz con verduras	Coliflor gratinada	Fideuá	Lentejas con chorizo y panceta
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Cazón en adobo	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas	Sopa castellana	Crema de berenjena	Judías verdes salteadas con jamón
	Segundo	Mero en salsa verde	Hamburguesa de ternera en salsa con verduras	Lomo adobado en salsa de tomate	Tortilla paisana	Empanadillas	Limanda al ajillo	Huevos al plato
	Guarnición	con patatas dado	-	con patatas panadera	con patatas fritas	con tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1417	67,97	63,14	136,12	1445	55,58	55,76	154,81	1275	65,37	35,18	162,61	1505	66,36	60,31	164,08	1818	75,88	88,83	171,36	1219	69,19	34,15	151,09	1612	73,14	72,69	154,82

Valoración semanal

ENERGIA	1470,24	PROTEÍNAS	67,64	18,40%	
LÍPIDOS	58,58	35,86%	HC	156,4125714	42,55%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Pastel de patatas gratinado	Pisto de verduras	Paella mixta	Coliflor con patata y bechamel	Alubias pintas	Macarrones genovesa	Sopa de cocido
	Segundo	Atún con salsa de tomate	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos rellenos	Pollo a la cerveza	Pescado fresco	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con salteado de berenjena y queso	.
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Melocotón en almibar	Natillas	Fruta	Tarta de San Marcos
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros	Sopa de fideos	Sopa de cebolla	Puré de calabaza	Crema hortelana
	Segundo	Lomo en salsa	Flamenquines	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con champiñones	con tomate a la provenzal	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Macedonia	Yogur	Fruta	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1455	76,69	62,17	136,95	1335	58,73	44,03	167,49	1368	75,64	44,12	159,99	1607	80,92	73,61	145,86	1211	71,08	41,24	125,24	1257	60,35	36,27	163,15	1443	62,68	53,65	168,06

Valoración semanal

ENERGIA	1382,28	PROTEÍNAS	69,44	20,09%	
LÍPIDOS	50,73	33,03%	HC	152,3920071	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas	Garbanzos con verduras	Judías verdes con jamón	Arroz con verduras y carne	Lentejas guisadas	Fideua
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Bacalao en salsa verde con	Lomo empanado	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas	Pera en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra Imperial	Sopa campesina	Puré de champiñón	Sopa de pescado	Crema de verduras	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	San Jacobo casero	Merluza al horno	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado	Sardinillas en aceite	Platija en salsa con chirlas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1472	77,72	53,23	165,66	1579	70,29	80,54	137,14	1371	66,04	52,71	148,25	1406	61,90	60,31	141,83	1267	72,95	44,21	138,60	1600	76,20	70,50	156,77	1592	66,90	78,20	140,48

Valoración semanal

ENERGIA	1469,44	PROTEÍNAS	70,29	19,13%	
LÍPIDOS	62,82	38,47%	HC	146,9636214	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL

LUNES 30-4-18

MARTES 1-5-18

MIÉRCOLES 2-5-18

JUEVES 3-5-18

VIERNES 4-5-18

SÁBADO 5-5-18

DOMINGO 6-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas riojana	Arroz con verduras y gambas	Alubias pintas	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Sopa de picadillo
	Segundo	Cocido Completo (morcillo,tocino,chorizo, morcilla y repollo)	Pescado fresco del día	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo en pepitoria	Lacón a la gallega	Callos con garbanzos (callos de ternera, garbanzos, chorizo, jamón, pimiento, cebolla, tomate, ajo, pimentón)
	Guarnición	.	con tomate y mozzarella	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	.
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Macedonia	Fruta	Tarta de Santiago
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Pimientos rellenos	Crema de judías verdes	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo al curry	Huevos gratinados	Halibut a la plancha	Empanadillas	Calamares encebollados	Tortilla de queso	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz pilaf	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga, tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Melocotón en almibar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1532	73,29	65,69	153,58	1473	61,01	66,44	149,82	1210	67,87	30,92	158,38	1544	62,46	54,85	186,65	1415	79,89	48,16	154,67	1636	76,91	79,74	143,49	1375	62,37	45,92	168,96

Valoración semanal

ENERGIA	1455,00	PROTEÍNAS	69,11	19,00%	
LÍPIDOS	55,96	34,61%	HC	159,3639457	43,81%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas	Macarrones con chorizo	Potaje Gallego	Sopa de Marisco	Patatas con costillas	Caldero de arroz y pescado	Lentejas riojanas
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Codillo en salsa de pimienta	Huevos fritos, chistorra	Muslo de pollo al chilindrón	Magro guisado	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas paja	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduritas
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón y patata	Puré de verduras	Crema de puerros	Espinacas con bechamel	Crema de zanahoria
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1368	60,49	52,11	150,82	1471	66,47	72,70	151,99	1536	91,19	58,71	147,84	1619	69,82	88,00	132,61	1349	79,11	46,95	141,44	1405	76,87	54,04	148,27	1441	57,81	61,37	151,69

Valoración semanal

ENERGIA	1455,80	PROTEÍNAS	71,68	19,70%	
LÍPIDOS	61,98	38,32%	HC	146,3804286	40,22%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado	Arroz asturiana	Sopa de cocido	Pimientos rellenos	Macarrones gratinados	Berenjenas rellenas	Fabada
	Segundo	Huevos en salsa verde	Ragout de ternera	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)	Pescado fresco del día	Lomo asado	Ternera con pasas	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz pilaf	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Tarta de chocolate
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio	Crema de calabaza	Sopa minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Hojaldre de atún y pisto	Calamares a la romana	Sándwich mixto	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo al oporto
	Guarnición	con patatas fritas	con lechuga y soja	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Natillas	Macedonia	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1449	68,40	56,68	150,69	1685	72,86	73,33	169,78	1313	64,12	49,38	144,10	1267	55,04	43,77	156,38	1311	68,19	47,14	146,81	1380	75,96	59,29	128,78	1828	98,31	91,42	135,84

Valoración semanal

ENERGIA	1461,81	PROTEÍNAS	71,84	19,66%	
LÍPIDOS	60,15	37,03%	HC	147,4835429	40,36%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL OPCIÓN B

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones boloñesa	Arroz a banda	Pastel de verduras	Judías blancas con verduras	Tomates rellenos	Patatas con costilla	Arroz blanco con tomate
	Segundo	Abadejo al horno	Pechugas al limón	Filete de cerdo con limón	Merluza a la sidra	Tilapia en salsa marinera	Fogonero en salsa	Ternera guisada
	Guarnición	con tomate asado	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con pasta salteada	con ensalada	con champiñones
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de picadillo	Crema de ave	Sopa de estrellitas	Sopa maravilla	Crema de calabacín	Espinacas con bacon y zanahoria	Sopa juliana
	Segundo	Entremeses	Tortilla de patata	Croquetas de jamón	Ftes pavo en salsa	Lomo asado	Albóndigas mixtas a la jardinera	Halibut en salsa
	Guarnición	con ensaladilla	con ensalada	con lechuga, zanahoria y soja	ensalada variada	con patatas asada	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Yogur	Fruta	Compota	Yogur	Fruta	Macedonia	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1424	74,09	51,19	159,23	1621	67,67	56,36	200,23	1472	63,99	57,06	167,60	1241	78,12	30,51	150,99	1468	87,89	56,30	144,70	1444	60,11	58,62	154,37	1491	67,40	55,14	171,66

Valoración semanal

ENERGIA	1451,59	PROTEÍNAS	71,33	19,65%	
LÍPIDOS	52,17	32,34%	HC	164,1131429	45,22%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL OPCIÓN B

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Coditos con atún	Sopa de verduras con arroz	Lentejas con verduras	Sopa de picadillo	Arroz Montañés	Patatas con verduras	Crema de ave reina
	Segundo	Pavo en salsa	Tortilla de chorizo	Caella en salsa con	Ternera asada en salsa de manzana	Bacaladillas al horno	Pechugas en salsa de manzana	Huevos con pisto
	Guarnición	con zanahoria	con patatas panadera	con cebolla pochada	con patatas risoladas	con verduras	con lombarda salteada	.
	Postre	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Parrillada de verduras al horno	Menestra de verduras con jamón	Sopa maravilla	Crema de tomate	Judías verdes rehogadas con patatas	Sopa de espárragos	Sopa de pescado con arroz
	Segundo	Perca rebozada	Limanda a la sidra	Queso con membrillo	Salmón en salsa	San jacobos	Empanada gallega	Sándwich mixto
	Guarnición	con patatas cocidas	con patata dado	-	con menestra	con patatas fritas	con ensalada	con ensalada
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta	Compota
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC				
1331	76,19	41,05	156,55	1418	72,14	54,32	155,65	1326	66,94	32,05	182,14	1384	79,99	49,33	146,94	1743	56,99	74,69	199,84	1551	71,40	57,43	178,08	1561	80,24	71,31	145,52

Valoración semanal

ENERGIA	1473,31	PROTEÍNAS	71,99	19,54%	
LÍPIDOS	54,31	33,18%	HC	166,3876786	45,17%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL OPCIÓN B

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Patatas con coliflor	Repollo guisado	Arroz a la milanesa	Calabacines rellenos gratinados	Macarrones con tomate y atún	Patatas con costillas	Arroz blanco con tomate
	Segundo	Merluza rebozada	Huevos al plato	Pollo al ajillo	Perca en salsa	Cinta de sajonia en salsa	Fogonero al ajillo	Albóndigas de ternera
	Guarnición	con lechuga y soja	con patatas dado	con pimientos asados	con patatas cocidas	con espárragos	con lechuga, maíz y tomate	con berenjena al horno
	Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Manzana asada	Compota	Cuajada	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa castellana	Guisantes con bacón	Sopa de picadillo de jamón	Crema de calabacín	Sopa de marisco	Crema de acelgas	Sopa maravilla
	Segundo	Guiso de ternera	Magro en salsa	Marrajo en salsa	Lacón plancha	Cazón a la andaluza	Estofado de pavo	Croquetas
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con patatas al vapor	con patatas cocida	con patatas al horno	con judías verdes	con patata al vapor
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1408	63,61	61,91	141,53	1486	73,59	71,97	120,57	1530	89,26	50,83	169,87	1593	76,10	77,76	139,75	1458	72,27	47,98	179,10	1193	54,20	48,24	123,46	1351	50,98	38,59	187,36

Valoración semanal

ENERGIA	1431,29	PROTEÍNAS	68,57	19,16%	
LÍPIDOS	56,75	35,69%	HC	151,6633143	42,38%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL OPCIÓN B

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Brócoli con patata al vapor	Judías blancas guisadas	Espirales napolitana	Patatas guisadas con verduras	Paella valenciana	Crema hortelana	Acelgas rehogadas
	Segundo	Merluza en salsa	Pavo en salsa	Bacalao a la marinera	Tortilla francesa de jamón york	Flamenquines	Bacaladilla frita	Mero en salsa
	Guarnición	con guisantes	con lechuga y maíz	con calabacín	con ensalada	asadillo de pimientos	con patatas	con pasta salteada
	Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones	Sopa de letras	Alcachofas con jamón	Espinacas rehogadas con patata y zanahoria	Sopa de verduras	Consomé con picadillo y picatostes	Sopa de estrellitas
	Segundo	Tortilla de atún	Limanda rebozada	Magro en salsa	Filetes rusos en salsa	Chuleta de aguja	Ragout de ternera	Pollo empanado
	Guarnición	con ensalada	con arroz salteado	con patatas al horno	con verduras	con patata cocida	con tomate asado	con patatas fritas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1421	77,57	48,17	157,80	1478	86,05	39,90	181,40	1472	87,61	43,86	172,14	1511	56,89	61,80	171,81	1551	66,75	71,21	155,03	1419	81,06	46,34	160,40	1549	68,97	58,16	173,45

Valoración semanal

ENERGÍA	1485,84	PROTEÍNAS	74,99	20,19%	
LÍPIDOS	52,78	31,97%	HC	167,4335143	45,07%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL OPCIÓN B

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Espárragos con mahonesa	Garbanzos Guisados	Arroz con verduras	Crema de champiñones	Lasaña	Sopa castellana	Macarrones boloñesa
	Segundo	Fogonero en salsa de marisco	Caldereta de alcañiz	Cazón en adobo	Roti de ternera en salsa	Abadejo en salsa verde	Platija a la plancha	Pollo al ajillo
	Guarnición	con arroz pilaf	con verduritas	con tomate aliñado	con zanahoria	con espárragos	con champiñones	con coles de bruselas
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Cuajada	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de fideos	Acelgas rehogadas	Sopa de lluvia a la jardinera	Sopa maravilla	Sopa de estrellas	Sopa de verduras	Panaché de verduras con patata
	Segundo	Cinta de lomo en salsa	Revuelto con jamón york	Pavo a la naranja	Rosada al horno	Hamburguesa de ternera en salsa	Tortilla francesa	Empanadillas de atún
	Guarnición	con patata y zanahoria vapor	con patata al vapor	con verduras	con cama de calabacín	con verduritas	con guisantes y patatas al ajillo	con ensalada
	Postre	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1384	72,47	51,12	148,63	1358	75,89	49,21	138,18	1524	65,39	53,09	188,35	1152	69,77	38,08	124,40	1605	67,46	69,24	152,24	1217	67,87	40,51	139,89	1635	81,81	64,80	170,23

Valoración semanal

ENERGIA	1410,75	PROTEÍNAS	71,52	20,28%	
LÍPIDOS	52,29	33,36%	HC	151,70145	43,01%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BASAL OPCIÓN B

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Pastel de patatas gratinado	Macarrones a la florentina	Crema de marisco	Sopa de tomate	Lentejas con verduras	Parrillada de verduras al horno	Arroz a la milanese
	Segundo	Magro de cerdo en salsa riojana	Tilapia horno	Perca a la plancha	Cordero	Platija en salsa	Caella al horno	Guiso de morcillo
	Guarnición	con cebollitas glaseadas	tomate asado	con patatas fritas	con patatas	con guisantes	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Yogur	Fruta	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de letras	Sopa juliana	Crema de champiñones	Espinacas con patatas y jamón	Sopa de fideos	Puré de verduras	Sopa de pasta
	Segundo	Cazón a la andaluza	Cinta de lomo fresca	Ternera en salsa de zanahorias	Tortilla francesa	Pollo a la manzana	Rotti de pavo	Tortilla de jamón
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con verduras tricolor	con berenjena plancha	con patata dado	con lechuga, zanahoria y soja
	Postre	Compota	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1620	67,16	62,38	191,95	1353	74,09	41,10	164,48	1381	73,51	48,56	152,99	1467	58,17	72,16	140,20	1444	86,19	43,53	164,34	1314	68,06	47,78	144,79	1685	90,78	70,73	162,33

Valoración semanal

ENERGIA	1466,27	PROTEÍNAS	73,99	20,19%	
LÍPIDOS	55,18	33,87%	HC	160,1550536	43,69%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con jamón	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideuá	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Cazón en adobo	Pescado fresco del día	Pollo asado (sin piel) a la naranja	Lacón a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduras	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa castellana (sin embutidos)	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con jamón
	Segundo	Mero en salsa verde	Hamburguesa de ternera en salsa con verduras	Lomo adobado en salsa de tomate	Tortilla paisana	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos al plato (sin embutido)
	Guarnición	con patatas dado	-	con patatas panadera	con patatas fritas	con tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Piña en su jugo	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1307	69,50	47,07	142,30	1339	57,85	40,62	156,71	1313	74,10	35,18	162,47	1565	70,04	64,69	164,94	1601	90,45	78,58	126,21	1278	76,60	37,46	150,69	1364	72,79	45,41	154,17

Valoración semanal

ENERGIA	1395,36	PROTEÍNAS	73,05	20,94%	
LÍPIDOS	49,86	32,16%	HC	151,0702714	43,31%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella mixta	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras	Macarrones genovesa (sin queso)	Sopa de cocido
	Segundo	Atún con salsa de tomate	Carrillada de ternera	Pollo asado (sin piel)	Huevos rellenos (sin mayonesa)	Pollo (sin piel) a la cerveza	Pescado fresco	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Melocotón en su jugo	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Sopa de cebolla (sin embutidos)	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo en salsa	Jamón cocido plancha	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con champiñones	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Manzana asada	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1465	80,60	58,86	140,13	1222	67,56	39,43	147,49	1375	78,24	45,16	156,38	1459	74,45	56,29	153,23	1271	80,44	43,95	122,85	1342	68,77	40,99	164,06	1419	66,91	49,67	164,94

Valoración semanal

ENERGIA	1365,01	PROTEÍNAS	73,85	21,64%	
LÍPIDOS	47,76	31,49%	HC	149,8674571	43,92%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes con jamón	Arroz con verduras y carne	Lentejas guisadas con verduras	Fideuá
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Bacalao en salsa verde con	Lomo a la plancha	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Peras en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra Imperial	Sopa campesina	Puré de champiñón (sin margarina)	Sopa de pescado	Crema de verduras	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido a la plancha	Merluza al horno	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado	Sardinillas en aceite	Platija en salsa con chirilas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1369	80,19	43,47	161,19	1536	71,50	81,14	134,08	1395	69,65	54,43	146,17	1456	66,05	65,45	137,76	1282	78,53	44,76	145,40	1400	82,40	50,56	144,52	1726	72,50	91,23	148,39

Valoración semanal

ENERGIA	1452,15	PROTEÍNAS	74,40	20,49%	
LÍPIDOS	61,58	38,16%	HC	145,3595571	40,04%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduritas y gambas	Alubias pintas con verduras	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Sopa de picadillo
	Segundo	Cocido Completo (morcillo,tocino,chorizo, morcilla y repollo)	Pescado fresco del día	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo (sin piel) en pepitoria	Lacón a la gallega	Callos con garbanzos (sin embutidos)
	Guarnición	.	tomate y queso fresco desnat	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	.
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Macedonia natural	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Pimientos rellenos	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo al curry	Huevos con salsa de tomate	Halibut a la plancha	Jamón cocido a la plancha	Calamares encebollados	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz pilaf	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga y tomate	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1649	81,65	73,46	156,54	1227	56,95	46,05	137,31	1188	70,62	31,79	148,42	1245	63,83	44,81	137,48	1468	85,38	51,58	154,05	1526	71,36	71,73	143,85	1206	59,88	36,52	149,39

Valoración semanal

ENERGIA	1358,38	PROTEÍNAS	69,96	20,60%	
LÍPIDOS	50,85	33,69%	HC	146,7210857	43,20%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO

LUNES 7-5-18 MARTES 8-5-18 MIÉRCOLES 9-5-18 JUEVES 10-5-18 VIERNES 11-5-18 SÁBADO 12-5-18 DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas	Macarrones con verduritas y york	Potaje Gallego	Sopa de Marisco	Patatas con costillas	Caldero de arroz y pescado	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Codillo en salsa de pimienta	Huevos fritos	Muslo de pollo (sin piel) al chilindrón	Magro guisado	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas paja	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduritas
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Piña en su jugo	Compota s/azúcar	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón cocido y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1347	64,25	53,07	139,30	1345	68,13	56,73	144,78	1496	86,41	56,37	148,39	1302	65,88	57,76	135,41	1350	81,89	48,44	135,09	1364	78,44	50,11	135,18	1323	59,35	49,02	147,52

Valoración semanal				
ENERGIA	1360,98	PROTEÍNAS	72,05	21,18%
LÍPIDOS	53,07	35,10%	HC	140,81003
				41,39%

REVISADO POR: *Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304*

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado	Arroz asturiana (sin embutidos)	Sopa de cocido	Pimientos rellenos	Macarrones con verduras y york	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Fabada (sin embutidos)
	Segundo	Huevos en salsa verde	Ragout de ternera	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)	Pescado fresco del día	Lomo asado	Ternera en su jugo	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz pilaf	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Hojaldre de atún y pisto	Calamares a la romana	Sándwich mixto	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo (sin piel) al oporto
	Guarnición	con patatas cocidas	con lechuga y soja	con cebolla pochada	lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1376	74,49	52,14	140,34	1591	69,62	71,40	154,23	1349	67,53	52,40	142,47	1332	60,69	48,29	156,64	1310	73,93	46,25	142,43	1342	61,93	68,26	124,29	1677	103,68	70,45	137,50

Valoración semanal

ENERGIA	1425,36	PROTEÍNAS	73,12	20,52%	
LÍPIDOS	58,46	36,91%	HC	142,5559643	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO OPCIÓN B

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Macarrones boloñesa (sin gratinar)	Arroz a banda	Pastel de verduras	Judías blancas con verduras	Tomates rellenos (sin gratinar)	Patatas con costilla	Arroz blanco con tomate
	Segundo	Abadejo al horno	Pechugas al limón	Filete de cerdo con limón	Merluza a la sidra	Tilapia en salsa marinera	Fogonero en salsa	Ternera guisada
	Guarnición	con tomate asado	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con pasta salteada	con ensalada	con champiñones
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de picadillo	Crema de ave (sin margarina)	Sopa de estrellitas	Sopa maravilla	Crema de calabacín (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Sopa juliana
	Segundo	Queso fresco y jamón cocido	Tortilla de patata	Jamón york a la plancha	Ftes pavo en salsa	Lomo asado	Albóndigas mixtas a la jardinera	Halibut en salsa
	Guarnición	c/ensaladilla (s/mayonesa)	con ensalada	con lechuga, zanahoria y soja	ensalada variada	con patatas asada	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Compota	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1245	65,58	37,91	159,44	1595	88,66	58,62	168,39	1431	63,15	57,26	157,82	1196	78,08	30,21	140,25	1426	88,45	56,45	133,57	1325	55,19	51,92	143,89	1510	70,22	56,90	169,30

Valoración semanal

ENERGIA	1389,77	PROTEÍNAS	72,76	20,94%	
LÍPIDOS	49,90	32,31%	HC	153,2364429	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO OPCIÓN B

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Coditos con atún	Sopa de verduras con arroz	Lentejas con verduras	Sopa de picadillo	Arroz montañés (sin embutidos)	Patatas con verduras	Crema de ave reina (sin margarina)
	Segundo	Pavo en salsa	Tortilla de jamón cocido	Caella en salsa con	Ternera asada en salsa de manzana	Bacaladillas al horno	Pechugas en salsa de manzana	Huevos con pisto
	Guarnición	con zanahoria	con patatas panadera	con cebolla pochada	con patatas risoladas	con verduras	con lombarda salteada	.
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Parrillada de verduras al horno	Menestra de verduras con jamón	Sopa maravilla	Crema de tomate	Judías verdes rehogadas con patatas	Sopa de espárragos	Sopa de pescado con arroz
	Segundo	Perca plancha	Limanda a la sidra	Queso fresco desnatado con jamón york	Salmón en salsa	Jamón cocido plancha	Empanada gallega	Sándwich mixto
	Guarnición	con patatas cocidas	con patata dado	-	con menestra	con patata cocida	con ensalada	con ensalada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Compota
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1300	78,98	37,42	153,67	1322	68,81	49,77	146,52	1238	72,24	36,98	146,80	1355	80,69	46,51	144,50	1484	66,51	55,77	174,94	1479	69,46	49,26	179,21	1351	71,65	57,20	136,29

Valoración semanal

ENERGIA	1361,52	PROTEÍNAS	72,62	21,33%	
LÍPIDOS	47,56	31,44%	HC	154,5613143	45,41%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO OPCIÓN B

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Patatas con coliflor	Repollo guisado	Arroz a la milanesa	Calabacines rellenos de verduras (sin gratinar)	Macarrones con tomate y atún	Patatas con costillas	Arroz blanco con tomate
	Segundo	Merluza al horno	Huevos al plato (sin embutido)	Pollo (sin piel) al ajillo	Perca en salsa	Cinta de sajonia en salsa	Fogonero al ajillo	Albóndigas de ternera
	Guarnición	con lechuga y soja	con patatas dado	con pimientos asados	con patatas cocidas	con espárragos	con lechuga, maíz y tomate	con berenjena al horno
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Manzana asada	Compota	Yogur desnatado edulcorado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa castellana (sin embutidos)	Guisantes con jamón	Sopa de picadillo de jamón	Crema de calabacín (sin margarina)	Sopa de marisco	Crema de acelgas	Sopa maravilla
	Segundo	Guiso de ternera	Magro en salsa	Marrajo en salsa	Lacón plancha	Cazón a la andaluza	Estofado de pavo	Jamón cocido a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con patatas al vapor	con patatas cocida	con patatas al horno	con judías verdes	con patata al vapor
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1457	66,95	66,49	139,58	1308	77,68	54,59	131,78	1536	92,39	51,66	156,11	1581	77,62	73,61	140,97	1327	68,18	46,17	151,47	1230	56,62	48,49	128,65	1327	61,86	37,09	166,61

Valoración semanal

ENERGIA	1394,82	PROTEÍNAS	71,61	20,54%	
LÍPIDOS	54,01	34,85%	HC	145,0240857	41,59%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO OPCIÓN B

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Brócoli con patata al vapor	Judías blancas guisadas	Espirales napolitana	Patatas guisadas con verduras	Paella valenciana	Crema hortelana	Acelgas rehogadas
	Segundo	Merluza en salsa	Pavo en salsa	Bacalao a la marinera	Tortilla francesa de jamón york	Cinta de lomo a la plancha	Bacaladilla al horno	Mero en salsa
	Guarnición	con guisantes	con lechuga y maíz	con calabacín	con ensalada	asadillo de pimientos	con patatas	con pasta salteada
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Sopa de letras	Alcachofas con jamón	Espinacas rehogadas con patata y zanahoria	Sopa de verduras	Consomé con picadillo y picatostes	Sopa de estremitas
	Segundo	Tortilla de atún	Limanda rebozada	Magro en salsa	Filetes rusos en salsa	Chuleta de aguja	Ragout de ternera	Pollo al horno
	Guarnición	con ensalada	con arroz salteado	con patatas al horno	con verduras	con patata cocida	con tomate asado	con patatas cocidas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1279	72,45	44,66	135,98	1408	84,42	39,49	166,73	1381	85,07	41,57	157,40	1453	70,36	59,37	134,08	1550	68,80	72,47	150,62	1272	77,78	40,33	141,05	1357	78,40	46,07	143,78

Valoración semanal

ENERGIA	1385,97	PROTEÍNAS	76,75	22,15%	
LÍPIDOS	49,14	31,91%	HC	147,0909786	42,45%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO OPCIÓN B

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Espárragos con jamón york	Garbanzos Guisados	Arroz con verduras	Crema de champiñones (sin margarina)	Lasaña	Sopa castellana (sin embutidos)	Macarrones boloñesa (sin gratinar)
	Segundo	Fogonero en salsa de marisco	Caldereta de alcañiz	Cazón en adobo	Roti de ternera en salsa	Abadejo en salsa verde	Platja a la plancha	Pollo al ajillo
	Guarnición	con arroz pilaf	con verduritas	con tomate aliñado	con zanahoria	con espárragos	con champiñones	con coles de bruselas
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de fideos	Acelgas rehogadas	Sopa de lluvia a la jardinera	Sopa maravilla	Sopa de estrellitas	Sopa de verduras	Panaché de verduras con patata
	Segundo	Cinta de lomo en salsa	Revuelto con jamón york	Pavo a la naranja	Rosada al horno	Hamburguesa de ternera en salsa	Tortilla francesa	Merluza al horno
	Guarnición	con patata y zanahoria vapor	con patata al vapor	con verduras	con cama de calabacín	con verduritas	con guisantes y patatas al ajillo	con ensalada
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1328	78,76	41,32	149,31	1491	84,76	56,25	144,14	1525	67,44	54,83	182,18	1206	72,20	35,86	127,90	1564	66,49	69,77	141,07	1213	70,81	42,62	131,27	1457	95,16	55,79	132,45

Valoración semanal

ENERGIA	1397,82	PROTEÍNAS	76,52	21,90%	
LÍPIDOS	50,92	32,79%	HC	144,0440514	41,22%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO OPCIÓN B

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Patatas con verduras	Macarrones a la florentina (sin queso)	Crema de marisco	Sopa de tomate	Lentejas con verduras	Parrillada de verduras al horno	Arroz a la milanesa
	Segundo	Magro de cerdo en salsa riojana	Tilapia horno	Perca a la plancha	Cordero	Platija en salsa	Caella al horno	Guiso de morcillo
	Guarnición	con cebollitas glaseadas	tomate asado	con patatas fritas	con patatas	con guisantes	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de letras	Sopa juliana	Crema de champiñones (sin margarina)	Espinacas con patatas y jamón	Sopa de fideos	Puré de verduras (sin margarina)	Sopa de pasta
	Segundo	Cazón a la plancha	Cinta de lomo fresca	Ternera en salsa de zanahoria	Tortilla francesa	Pollo a la manzana	Rotti de pavo	Tortilla de jamón
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con verduras tricolor	con berenjena plancha	con patata dado	con lechuga, zanahoria y soja
	Postre	Compota	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1315	68,05	44,46	153,81	1233	70,19	38,67	144,61	1329	73,01	48,18	141,54	1421	56,82	73,18	127,97	1396	86,44	42,82	153,52	1257	67,30	47,37	132,42	1573	86,91	68,02	144,77

Valoración semanal

ENERGIA	1360,57	PROTEÍNAS	72,67	21,37%	
LÍPIDOS	51,82	34,27%	HC	142,6615007	41,94%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO-HIPOCALÓRICO

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con jamón	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduritas y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado (sin piel) a la naranja	Lacón cocido	Taquitos de pavo en su jugo	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduritas	con pimientos asados
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa castellana (sin embutidos)	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con jamón
	Segundo	Mero en su jugo	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas dado	con ensalada	con patatas panaderas	con ensalada variada	tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Piña en su jugo	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1176	62,55	42,37	128,07	1205	52,06	36,56	141,04	1181	66,69	31,66	146,22	1309	62,00	58,22	120,00	1441	81,40	70,73	113,59	1151	68,94	33,72	135,62	1228	65,51	40,87	138,75

Valoración semanal

ENERGIA	1241,59	PROTEÍNAS	65,59	21,13%	
LÍPIDOS	44,87	32,53%	HC	131,89926	42,49%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO-HIPOCALÓRICO

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella de verduritas y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras	Macarrones con verduritas y york	Sopa de cocido
	Segundo	Atún en salsa de tomate	Carrillada ternera en su jugo	Pollo asado (sin piel)	Huevos rellenos (sin mayonesa)	Pollo en su jugo (sin piel)	Pescado fresco	Cocido con verduras, repollo y carne magra
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Melocotón en su jugo	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Sopa de cebolla (sin embutidos)	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno	Jamón cocido a la plancha	Fogonero al horno	Ragout en su jugo	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo al horno
	Guarnición	con champiñones	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patatas cocidas
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Manzana asada	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC				
1218	68,00	51,00	123,00	1100	60,80	35,49	132,74	1238	70,42	40,64	140,74	1313	67,01	50,66	137,91	1144	72,40	39,56	110,56	1208	61,89	36,89	147,66	1278	60,21	44,70	148,45

Valoración semanal

ENERGIA	1214,15	PROTEÍNAS	65,82	21,68%	
LÍPIDOS	42,70	31,65%	HC	134,4354257	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO-HIPOCALÓRICO

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes con jamón	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido	Cordero	Pescado blanco fresco plancha	Ternera cocida	Bacalao cocido	Lomo a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas cocidas	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Peras en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina	Puré de champiñón (sin margarina)	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1232	72,17	39,13	145,07	1382	64,35	73,02	130,67	1256	62,68	48,99	131,56	1311	59,45	58,91	123,99	1154	70,68	40,28	130,86	1260	74,16	45,51	130,07	1440	63,00	70,00	125,00

Valoración semanal

ENERGIA	1290,67	PROTEÍNAS	66,64	20,65%	
LÍPIDOS	53,69	37,44%	HC	131,0307171	40,61%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO-HIPOCALÓRICO

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Sopa juliana	Arroz con verduras y gambas	Alubias pintas con verduras	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Sopa de picadillo
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin tocino ni chorizo)	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada ternera en su jugo	Salmón al horno	Pollo asado (sin piel)	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	.	con pasta cocida	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	con verduritas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Macedonia natural	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido a la plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas cocidas	con patatas al horno	con lechuga tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1392	69,00	64,00	130,00	1104	51,25	41,45	123,58	1069	63,56	28,61	133,58	1120	57,45	40,33	123,74	1321	76,85	46,43	138,65	1374	64,23	64,56	129,46	1085	53,89	32,86	134,45

Valoración semanal

ENERGIA	1209,39	PROTEÍNAS	62,32	20,61%	
LÍPIDOS	45,46	33,83%	HC	130,4941043	43,16%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO-HIPOCALÓRICO

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
Primero		Judías verdes salteadas	Macarrones con verduritas y york	Potaje Gallego (sin embutidos)	Sopa de marisco	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduritas	Lentejas con verduras
Segundo		Ternera en salsa de cebolla	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos cocidos	Muslo de pollo cocido (sin piel)	Magro al horno	Bacalao a la vizcaína
Guarnición		con patatas cocidas	con ensalada	con berenjena al horno	con puré de patatas natural	con pimientos	con tomate aliñado	con verduritas
Postre		Yogur desnatado edulcorado	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Natillas edulcoradas
Pan		Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
Primero		Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón cocido y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
Segundo		Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
Guarnición		con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas cocidas	con cebolla pochada
Postre		Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
Pan		Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1243	59,75	49,36	129,55	1251	63,36	52,76	134,64	1382	79,00	50,00	126,00	1211	61,27	53,72	125,93	1256	76,15	45,05	125,63	1269	72,95	46,61	125,72	1230	55,19	45,58	137,20

Valoración semanal

ENERGIA	1263,01	PROTEÍNAS	66,81	21,16%	
LÍPIDOS	49,01	34,92%	HC	129,2387495	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO-HIPOCALÓRICO

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz con verduritas y magro	Sopa de cocido	Sopa de tomate	Macarrones con verduritas y york	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera en su jugo	Cocido con verduras, repollo y carne magra	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado en su jugo	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz hervido	con pisto	con patatas cocidas	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Yogur desnatado edulcorado	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido a la plancha	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo (sin piel) en su jugo
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con patatas cocidas	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos horno
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1237	67,04	46,92	126,30	1432	62,66	64,26	138,81	1214	60,78	47,16	128,22	1199	54,62	43,46	140,98	1179	66,53	41,63	128,19	1208	55,74	61,43	111,86	1420	85,00	60,00	120,00

Valoración semanal

ENERGIA	1269,84	PROTEÍNAS	64,62	20,36%	
LÍPIDOS	52,12	36,94%	HC	127,7642807	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOCALÓRICO

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con jamón	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduritas y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado (sin piel) a la naranja	Lacón cocido	Taquitos de pavo en su jugo	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduritas	con pimientos asados
	Postre	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa castellana (sin embutidos)	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con jamón
	Segundo	Mero en su jugo	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con lechuga, zanahoria y soja	ensalada variada	tomate al horno	con patatas cocidas	con patata asada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Piña en su jugo	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1146	62,55	41,37	127,07	1205	52,06	36,56	141,04	1141	66,69	30,66	126,22	1309	62,00	58,22	120,00	1441	81,40	70,73	113,59	1131	68,94	32,72	125,62	1228	65,51	40,87	138,75

Valoración semanal

ENERGIA	1228,73	PROTEÍNAS	65,59	21,35%	
LÍPIDOS	44,44	32,55%	HC	127,4706886	41,50%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOCALÓRICO

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella de verduras y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras	Macarrones con verduras y york	Sopa de cocido
	Segundo	Atún en salsa de tomate	Carrillada ternera en su jugo	Pollo asado (sin piel)	Huevos rellenos (sin mayonesa)	Pollo en su jugo (sin piel)	Pescado fresco	Cocido con verduras, repollo y carne magra
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduras	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Melocotón en su jugo	Yogur desnatado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Sopa de cebolla (sin embutidos)	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno	Jamón cocido a la plancha	Fogonero al horno	Ragout en su jugo	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo al horno
	Guarnición	con champiñones	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patatas cocidas
	Postre	Yogur desnatado	Manzana asada	Macedonia natural	Yogur desnatado	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1218	68,00	51,00	123,00	1100	60,80	35,49	132,74	1238	70,42	40,64	140,74	1313	67,01	50,66	137,91	1144	72,40	39,56	110,56	1208	61,89	36,89	147,66	1278	60,21	44,70	148,45

Valoración semanal

ENERGIA	1214,15	PROTEÍNAS	65,82	21,68%	
LÍPIDOS	42,70	31,65%	HC	134,4354257	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOCALÓRICO

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes con jamón	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido	Cordero	Pescado blanco fresco plancha	Ternera cocida	Bacalao cocido	Lomo a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con ensalada	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Peras en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina	Puré de champiñón (sin margarina)	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1232	72,17	39,13	145,07	1342	64,35	69,02	120,67	1256	62,68	48,99	131,56	1311	59,45	58,91	123,99	1154	70,68	40,28	130,86	1260	74,16	45,51	130,07	1440	63,00	70,00	125,00

Valoración semanal

ENERGIA	1284,96	PROTEÍNAS	66,64	20,75%	
LÍPIDOS	53,12	37,20%	HC	129,6021457	40,34%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOCALÓRICO

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Sopa juliana	Arroz con verduritas y gambas	Alubias pintas con verduras	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Sopa de picadillo
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin tocino ni chorizo)	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada ternera en su jugo	Salmón al horno	Pollo asado (sin piel)	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	.	tomate y queso fresco desnat	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas cocidas	con verduritas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Macedonia natural	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido a la plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas cocidas	con patatas al horno	con lechuga tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimienta
	Postre	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1392	69,00	64,00	130,00	1091	50,25	40,45	113,58	1069	63,56	28,61	133,58	1120	57,45	40,33	123,74	1321	76,85	46,43	138,65	1374	64,23	64,56	129,46	1085	53,89	32,86	134,45

Valoración semanal

ENERGIA	1207,53	PROTEÍNAS	62,18	20,60%	
LÍPIDOS	45,32	33,78%	HC	129,0655329	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOCALÓRICO

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas	Macarrones con verduras y york	Potaje Gallego (sin embutidos)	Sopa de marisco	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos cocidos	Muslo de pollo cocido (sin piel)	Magro al horno	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con berenjena al horno	con puré de patatas natural	con pimientos	con tomate aliñado	con verduras
	Postre	Yogur desnatado	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón cocido y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas cocidas	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1243	59,75	49,36	129,55	1251	63,36	52,76	134,64	1382	79,00	50,00	126,00	1211	61,27	53,72	125,93	1256	76,15	45,05	125,63	1269	72,95	46,61	125,72	1230	55,19	45,58	137,20

Valoración semanal

ENERGIA	1263,01	PROTEÍNAS	66,81	21,16%	
LÍPIDOS	49,01	34,92%	HC	129,2387495	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOCALÓRICO

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz con verduritas y magro	Sopa de cocido	Sopa de tomate	Macarrones con verduritas y york	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera en su jugo	Cocido con verduras, repollo y carne magra	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado en su jugo	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz hervido	con pisto	con patatas cocidas	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido a la plancha	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo (sin piel) en su jugo
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con patatas cocidas	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos horno
	Postre	Yogur desnatado	Macedonia natural	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1237	67,04	46,92	126,30	1432	62,66	64,26	138,81	1214	60,78	47,16	128,22	1199	54,62	43,46	140,98	1179	66,53	41,63	128,19	1208	55,74	61,43	111,86	1420	85,00	60,00	120,00

Valoración semanal

ENERGIA	1269,84	PROTEÍNAS	64,62	20,36%	
LÍPIDOS	52,12	36,94%	HC	127,7642807	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN GRASAS-HIPOLIPEMIANTE

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con jamón	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduras y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado (sin piel) en su jugo	Lacón cocido	Taquitos de pavo en su jugo	Bacalao cocido
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduritas	con pimientos asados
	Postre	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con jamón
	Segundo	Mero en su jugo	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con lechuga, zanahoria y soja	con patatas cocidas	tomate al horno	con patatas cocidas	con patata asada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Piña en su jugo	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1146	62,55	41,37	127,07	1205	52,06	36,56	141,04	1141	66,69	30,66	126,22	1349	62,00	58,22	130,00	1441	81,40	70,73	113,59	1131	68,94	32,72	125,62	1228	65,51	40,87	138,75

Valoración semanal

ENERGIA	1234,44	PROTEÍNAS	65,59	21,25%	
LÍPIDOS	44,44	32,40%	HC	128,89926	41,77%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN GRASAS-HIPOLIPEMIANTE

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella de verduras y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras	Macarrones con verduras y york	Sopa de cocido
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada ternera en su jugo	Pollo asado (sin piel)	Huevos cocidos	Pollo en su jugo (sin piel)	Pescado fresco	Cocido con verduras, repollo y carne magra
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduras	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Melocotón en almibar	Yogur desnatado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Sopa de cebolla (sin embutidos)	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno	Jamón cocido a la plancha	Fogonero al horno	Ragout en su jugo	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo al horno
	Guarnición	con champiñones	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patatas cocidas
	Postre	Yogur desnatado	Manzana asada	Macedonia	Yogur desnatado	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1194	65,64	48,98	120,54	1100	60,80	35,49	132,74	1238	70,42	40,64	140,74	1287	63,67	48,64	135,15	1121	69,95	36,76	108,35	1208	61,89	36,89	147,66	1278	60,21	44,70	148,45

Valoración semanal

ENERGIA	1203,65	PROTEÍNAS	64,66	21,49%	
LÍPIDOS	41,73	31,20%	HC	133,3740954	44,32%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN GRASAS-HIPOLIPEMIANTE

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes con jamón	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido	Pechuga de pollo plancha	Pescado blanco fresco plancha	Ternera cocida	Bacalao cocido	Lomo a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas cocidas	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Peras en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina	Puré de champiñón (sin margarina)	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Espinacas cocidas con zanahoria
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates rodaja	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1232	72,17	39,13	145,07	1289	60,78	60,26	114,84	1256	62,68	48,99	131,56	1311	59,45	58,91	123,99	1154	70,68	40,28	130,86	1260	74,16	45,51	130,07	1440	63,00	70,00	125,00

Valoración semanal

ENERGIA	1277,29	PROTEÍNAS	66,13	20,71%	
LÍPIDOS	51,87	36,55%	HC	128,7697582	40,33%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN GRASAS-HIPOLIPEMIANTE

LUNES 30-4-18

MARTES 1-5-18

MIÉRCOLES 2-5-18

JUEVES 3-5-18

VIERNES 4-5-18

SÁBADO 5-5-18

DOMINGO 6-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras y gambas	Alubias pintas con verduras	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Sopa de picadillo
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin tocino ni chorizo)	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada ternera en su jugo	Salmón al horno	Pollo asado (sin piel)	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	.	tomate y queso fresco desnat	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas cocidas	con verduritas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Macedonia	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido a la plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas cocidas	con patatas al horno	con lechuga tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Melocotón en almibar	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1392	69,00	64,00	130,00	1091	50,25	40,45	113,58	1069	63,56	28,61	133,58	1120	57,45	40,33	123,74	1321	76,85	46,43	138,65	1374	64,23	64,56	129,46	1085	53,89	32,86	134,45

Valoración semanal

ENERGIA	1207,53	PROTEÍNAS	62,18	20,60%	
LÍPIDOS	45,32	33,78%	HC	129,0655329	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN GRASAS-HIPOLIPEMIANTE

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas	Macarrones con verduritas y york	Potaje Gallego (sin embutidos)	Sopa de pasta	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduritas	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos cocidos	Muslo de pollo cocido (sin piel)	Magro al horno	Bacalao cocido
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con berenjena al horno	con puré de patatas natural	con pimientos	con tomate aliñado	con verduritas
	Postre	Yogur desnatado	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón cocido y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas cocidas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas cocidas	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1243	59,75	49,36	129,55	1251	63,36	52,76	134,64	1382	79,00	50,00	126,00	1201	57,27	49,72	120,93	1256	76,15	45,05	125,63	1269	72,95	46,61	125,72	1230	55,19	45,58	137,20

Valoración semanal

ENERGIA	1261,58	PROTEÍNAS	66,24	21,00%	
LÍPIDOS	48,44	34,56%	HC	128,5244638	40,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN GRASAS-HIPOLIPEMIANTE

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz con verduritas y magro	Sopa de cocido	Sopa de tomate	Macarrones con verduritas y york	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera en su jugo	Cocido con verduras, repollo y carne magra	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado en su jugo	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz hervido	con pisto	con patatas cocidas	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur desnatado	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido a la plancha	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo (sin piel) en su jugo
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos horno
	Postre	Yogur desnatado	Macedonia	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1267	68,04	47,92	130,30	1432	62,66	64,26	138,81	1214	60,78	47,16	128,22	1199	54,62	43,46	140,98	1179	66,53	41,63	128,19	1208	55,74	61,43	111,86	1420	85,00	60,00	120,00

Valoración semanal

ENERGIA	1274,13	PROTEÍNAS	64,77	20,33%	
LÍPIDOS	52,27	36,92%	HC	128,3357093	40,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con cebolla	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduritas y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón cocido	Taquitos de pavo en salsa	Merluza a la plancha
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta	Sopa de estrellitas	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa castellana (sin embutidos)	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Mero en salsa verde	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas dado	con patatas cocidas	con patatas panadera	con patatas fritas	tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1346	64,57	59,98	129,32	1373	52,80	52,97	147,07	1211	62,10	33,42	154,48	1430	63,04	57,29	155,87	1727	72,08	84,38	162,80	1158	65,73	32,44	143,53	1532	69,48	69,06	147,08

Valoración semanal

ENERGIA	1396,73	PROTEÍNAS	64,26	18,40%	
LÍPIDOS	55,65	35,86%	HC	148,5919429	42,55%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella de verduritas y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras	Macarrones con verduritas	Sopa de cocido
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos cocidos	Pollo a la cerveza	Pescado fresco	Cocido con verduras, repollo y carne magra
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Melocotón en almíbar	Natillas	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Sopa de cebolla (sin embutidos)	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo en salsa	Jamón cocido s/sal plancha	Fogonero al horno	Ragout guisado	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york sin sal	Abadejo en salsa
	Guarnición	con patatas cocidas	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos naturales (no conserva)	con menestra	con tomate al orégano	con zanahoria cocida	con patata risolada
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Macedonia	Yogur	Fruta	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1382	72,86	59,06	130,10	1268	55,80	41,83	159,12	1300	71,86	41,91	151,99	1526	76,87	69,93	138,57	1150	67,52	39,18	118,98	1195	57,33	34,46	154,99	1371	59,55	50,97	159,66

Valoración semanal

ENERGIA	1313,17	PROTEÍNAS	65,97	20,09%	
LÍPIDOS	48,19	33,03%	HC	144,7724068	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones con verduritas y pescado blanco	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduras y pescado blanco
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado blanco fresco plancha	Ternera guisada	Abadejo cocido	Lomo a la plancha	Huevos fritos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas	Peras en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido s/sal plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla española	Pollo asado	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1398	73,83	50,57	157,38	1500	66,78	76,52	130,28	1302	62,73	50,08	140,84	1336	58,81	57,30	134,74	1203	69,31	42,00	131,67	1520	72,39	66,98	148,93	1512	63,55	74,29	133,46

Valoración semanal

ENERGÍA	1395,97	PROTEÍNAS	66,77	19,13%	
LÍPIDOS	59,68	38,47%	HC	139,6154404	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras	Alubias pintas con verduras	Coditos con tomate	Sopa Minestrone	Sopa de fideos
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin tocino ni chorizo)	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo asado	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	.	c/tomate y queso fresco s/sal	con patatas cocidas	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	con verduritas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Macedonia	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido s/sal plancha	Calamares encebollados	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas cocidas	con patatas al horno	con lechuga y tomate	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimienta
	Postre	Yogur	Yogur desnatado	Flan vainilla	Melocotón en almíbar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1455	69,63	62,41	145,90	1399	57,96	63,11	142,32	1149	64,47	29,38	150,46	1466	59,34	52,11	177,31	1345	75,90	45,75	146,94	1554	73,07	75,75	136,32	1306	59,25	43,63	160,51

Valoración semanal

ENERGIA	1382,25	PROTEÍNAS	65,66	19,00%	
LÍPIDOS	53,16	34,61%	HC	151,3957484	43,81%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Macarrones con verduras	Arroz con verduras	Sopa de pasta	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos fritos	Muslo de pollo al chilindrón	Magro guisado	Abadejo a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos natural	con tomate aliñado	con verduras
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra imperial salteada con jamón cocido bajo en sal y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de cerdo fresco	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1290	57,47	49,50	143,28	1398	63,15	69,07	144,39	1459	86,63	55,77	140,44	1538	66,33	83,60	125,98	1282	75,15	44,60	134,37	1335	73,02	51,34	140,86	1369	54,91	58,30	144,11

Valoración semanal

ENERGIA	1381,65	PROTEÍNAS	68,10	19,71%	
LÍPIDOS	58,88	38,36%	HC	139,0614071	40,26%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz asturiana (sin embutidos)	Sopa de cocido	Sopa de tomate	Macarrones c/verduras y jamón york sin sal	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera	Cocido con verduras, repollo y carne magra	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz hervido	con pisto	con patatas cocidas	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido s/sal plancha	Limanda al horno	Tortilla francesa	Pollo al oporto
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos horno
	Postre	Yogur	Macedonia	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1357	64,98	53,85	143,16	1601	69,21	69,66	161,29	1247	60,92	46,92	136,89	1203	52,29	41,58	148,56	1245	64,78	44,78	139,47	1311	72,16	56,33	122,34	1737	93,39	86,85	129,05

Valoración semanal

ENERGÍA	1386,00	PROTEÍNAS	68,25	19,70%	
LÍPIDOS	57,14	37,10%	HC	140,1093657	40,44%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

GASTRO-HEPÁTICA

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Crema de calabacín (sin cebolla, margarina)	Crema de arroz y calabaza	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)	Arroz blanco con verduras	Patatas en blanco con verduras	Fideos en blanco con verduritas y pescado blanco	Crema de lentejas
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco blanco del día	Pollo asado (sin piel) en su jugo	Lacón cocido	Taquitos de pavo en su jugo	Bacalao cocido
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz en blanco	con zanahoria cocida	con pasta hervida	con verduritas	con zanahoria hervida
	Postre	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de picadillo	Sopa de verduras con pasta (s/cebolla, pimiento rojo, tomate)	Sopa de estremitas	Crema de acelgas (sin cebolla, margarina)	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin cebolla, margarina)	Judías verdes cocidas con zanahoria
	Segundo	Abadejo en su jugo	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con patata cocida
	Postre	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1204	65,68	43,44	133,42	1265	54,66	38,38	148,09	1198	70,02	32,19	132,53	1374	65,10	61,13	126,00	1513	85,47	74,26	119,27	1187	72,39	34,35	131,90	1289	68,78	42,91	145,69

Valoración semanal

ENERGIA	1290,16	PROTEÍNAS	68,87	21,35%	
LÍPIDOS	46,67	32,55%	HC	133,844223	41,50%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

GASTRO-HEPÁTICA

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Patatas en blanco con zanahoria y calabaza	Pisto de verduras (sin tomate)	Arroz blanco con verduritas y pescado blanco	Sopa de picadillo	Crema de calabacín (sin cebolla, margarina)	Macarrones en blanco con york	Sopa de fideos
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada ternera en su jugo	Pollo asado (sin piel)	Huevos cocidos	Pollo en su jugo (sin piel)	Pescado fresco blanco	Ternera cocida
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas cocidas	con calabaza hervida	con verduritas	con arroz blanco	con berenjena plancha	con judías verdes cocidas
	Postre	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Melocotón en su jugo	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)	Sopa de ave con pasta	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Consomé con picadillo de clara de huevo	Puré de calabaza (sin cebolla)	Crema hortelana (sin cebolla, sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno	Jamón cocido a la plancha	Fogonero al horno	Ragout en su jugo	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo al horno
	Guarnición	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con zanahoria cocida	con menestra	con patata cocida	con zanahoria cocida	con patatas cocidas
	Postre	Yogur desnatado	Manzana asada	Compota	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1279	71,40	53,55	129,15	1155	63,84	37,26	139,37	1300	73,94	42,67	147,78	1379	70,36	53,19	144,80	1201	76,02	41,53	116,09	1269	64,99	38,73	155,04	1341	63,23	46,94	155,87

Valoración semanal

ENERGIA	1274,86	PROTEÍNAS	69,11	21,68%	
LÍPIDOS	44,84	31,65%	HC	141,157197	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

GASTRO-HEPÁTICA

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Macarrones en blanco con verduras y pescado blanco	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Arroz en blanco con verduras	Judías verdes cocidas con zanahoria	Arroz en blanco con verduras y carne magra	Crema de lentejas	Fideos en blanco con verduras y pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido	Pechuga de pollo plancha	Pescado blanco fresco plancha	Ternera cocida	Bacalao cocido	Lomo a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con verduras salteadas	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	calabaza hervida	con zanahoria cocida	con arroz hervido
	Postre	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Peras en su jugo	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina (sin cebolla, pimiento)	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin cebolla, margarina)	Sopa de letras	Sopa maravilla
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto (sin tomate)	con calabacín plancha	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con judías verdes cocidas	con patata al vapor
	Postre	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1293	75,78	41,08	152,33	1409	67,57	72,47	126,70	1319	65,82	51,44	138,14	1376	62,42	61,85	130,19	1212	74,21	42,29	137,41	1323	77,86	47,78	136,57	1512	66,15	73,50	131,25

Valoración semanal

ENERGIA	1349,21	20,75%
LÍPIDOS	55,77	37,20%
PROTEÍNAS	69,97	
HC	136,082253	40,34%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

GASTRO-HEPÁTICA

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de fideos	Sopa juliana (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Arroz en blanco con verduritas	Patatas en blanco con verduras	Coditos en blanco con verduritas	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de picadillo
	Segundo	Carne magra asada	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada ternera en su jugo	Merluza al horno	Pollo asado (sin piel)	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	con zanahoria cocida	con pasta cocida	con calabacín al horno	con berenjena al horno	con zanahoria hervida	con patatas cocidas	con verduritas
	Postre	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de verduras (sin cebolla, margarina)	Crema de judías verdes (sin cebolla, margarina)	Sopa de ave	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes cocidas	Crema de zanahoria (sin cebolla, sin margarina)	Puré de calabaza (sin cebolla)
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido a la plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia a la plancha
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con arroz blanco	con patata cocida	con zanahorias cocidas	con patatas cocidas
	Postre	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1462	72,45	67,20	136,50	1145	52,77	42,47	119,26	1123	66,74	30,04	140,26	1176	60,32	42,34	129,92	1388	80,69	48,75	145,58	1443	67,44	67,79	135,93	1139	56,59	34,51	141,18

Valoración semanal

ENERGIA	1267,91	PROTEÍNAS	65,28	20,60%	
LÍPIDOS	47,58	33,78%	HC	135,5188095	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

GASTRO-HEPÁTICA

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes cocidas	Macarrones en blanco con verduras y york	Arroz en blanco con verduras	Sopa de pasta	Crema de calabaza (sin cebolla)	Arroz en blanco con verduras	Crema de lentejas
	Segundo	Ternera cocida	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos cocidos	Muslo de pollo cocido (sin piel)	Magro al horno	Bacalao cocido
	Guarnición	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con berenjena al horno	con puré de patatas natural	con pasta cocida	con zanahoria hervida	con verduras
	Postre	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de fideos	Acelgas hervidas	Sopa de lluvia	Puré de verduras (sin margarina)	Sopa de estremitas	Sopa de ave con pasta	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con cama de calabacín	con verduras	con patatas cocidas	con patatas cocidas
	Postre	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1306	62,74	51,83	136,03	1313	66,53	55,39	141,38	1451	82,95	52,50	132,30	1271	64,33	56,40	132,23	1318	79,96	47,30	131,91	1332	76,60	48,94	132,00	1291	57,95	47,86	144,06

Valoración semanal

ENERGIA	1326,16	PROTEÍNAS	70,15	21,16%	
LÍPIDOS	51,46	34,92%	HC	135,7006869	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

GASTRO-HEPÁTICA

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz en blanco con verduras y magro	Sopa de fideos	Sopa de letras	Macarrones con verduras y york	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Arroz en blanco con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera en su jugo	Carne magra asada	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado en su jugo	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	con zanahoria	con verduras	con patatas cocidas	con arroz hervido	con pisto (sin tomate)	con patatas cocidas	con calabacín a la plancha
	Postre	Manzana asada	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas cocidas con zanahoria	Judías verdes con patatas	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza (sin cebolla)	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de pasta
	Segundo	Pavo en su jugo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido a la plancha	Limanda al horno	Tortilla francesa	Pollo (sin piel) en su jugo
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con arroz blanco	con zanahoria hervida	verduras asadas	con zanahoria	con calabaza hervida
	Postre	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Yogur desnatado	Fruta (no ácida)	Fruta (no ácida)
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1299	70,39	49,27	132,62	1504	65,79	67,48	145,75	1275	63,82	49,52	134,63	1259	57,35	45,63	148,03	1238	69,86	43,71	134,60	1268	58,53	64,50	117,45	1491	89,25	63,00	126,00

Valoración semanal

ENERGIA	1333,34	PROTEÍNAS	67,86	20,36%	
LÍPIDOS	54,73	36,94%	HC	134,1524948	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

ASTRINGENTE

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Crema de patata (sin margarina)	Crema de arroz y calabaza	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)	Arroz blanco	Patatas en blanco con calabaza	Fideos en blanco con pescado blanco	Arroz blanco
	Segundo	Abadejo al horno	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco blanco del día	Pollo asado (sin piel) en su jugo	Tilapia cocida	Taquitos de pavo en su jugo	Bacalao cocido
	Guarnición	con zanahoria baby	con zanahoria	con arroz en blanco	con zanahoria cocida	con pasta hervida	con arroz blanco	con zanahoria hervida
	Postre	Yogur natural desnatado	Plátano maduro	Compota	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Plátano maduro	Compota
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de picadillo	Sopa de ave con pasta	Sopa de estremitas	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)	Sopa de ave con pasta
	Segundo	Jamón cocido	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con patata cocida
	Postre	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Compota	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1192	65,02	43,00	132,09	1252	54,12	38,00	146,61	1186	69,32	31,87	131,21	1361	64,45	60,52	124,74	1498	84,62	73,52	118,08	1175	71,66	34,01	130,58	1276	68,10	42,48	144,24

Valoración semanal

ENERGIA	1277,26	PROTEÍNAS	68,18	21,35%	
LÍPIDOS	46,20	32,55%	HC	132,5057808	41,50%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

ASTRINGENTE

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas en blanco con zanahoria y calabaza	Sopa de ave con arroz	Arroz blanco con pescado blanco	Sopa de picadillo	Crema de patata (sin margarina)	Macarrones en blanco con york	Sopa de fideos
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada ternera en su jugo	Pollo en su jugo (sin piel)	Huevos cocidos	Pollo en su jugo (sin piel)	Pescado fresco blanco	Ternera cocida
	Guarnición	con zanahoria hervida	con patatas cocidas	con calabaza hervida	con zanahoria	con arroz blanco	con patatas cocidas	con zanahoria cocida
	Postre	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Plátano maduro	Yogur natural desnatado	Compota	Manzana rallada
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)	Sopa de ave con pasta	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Consomé con picadillo de clara de huevo	Puré de calabaza (sin cebolla)	Sopa de arroz
	Segundo	Lomo al horno	Jamón cocido a la plancha	Fogonero cocido	Ragout en su jugo	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo cocido
	Guarnición	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con zanahoria cocida	con patata cocida	con patata cocida	con zanahoria cocida	con patatas cocidas
	Postre	Yogur natural desnatado	Manzana asada	Compota	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1266	70,69	53,01	127,86	1143	63,21	36,89	137,98	1287	73,20	42,24	146,30	1365	69,66	52,66	143,35	1189	75,26	41,12	114,93	1256	64,34	38,34	153,49	1328	62,59	46,47	154,31

Valoración semanal

ENERGIA	1262,11	PROTEÍNAS	68,42	21,68%	
LÍPIDOS	44,39	31,65%	HC	139,745625	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

ASTRINGENTE

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones en blanco con pescado blanco	Crema de arroz	Arroz en blanco	Crema de zanahoria (sin margarina)	Arroz blanco con zanahoria	Sopa de fideos	Fideos en blanco con pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido	Pechuga de pollo plancha	Pescado blanco fresco plancha	Ternera cocida	Bacalao cocido	Lomo a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	calabaza hervida	con zanahoria cocida	con arroz hervido
	Postre	Compota	Plátano maduro	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Peras en su jugo	Yogur natural desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Consomé con picadillo de claras	Sopa de fideos	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de patata	Sopa de letras	Sopa maravilla
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con patata al vapor	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con arroz blanco	con patata al vapor
	Postre	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Plátano maduro	Yogur natural desnatado	Plátano maduro
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1281	75,02	40,67	150,80	1395	66,90	71,75	125,43	1305	65,16	50,92	136,75	1362	61,80	61,23	128,88	1200	73,47	41,87	136,03	1310	77,08	47,30	135,21	1497	65,49	72,77	129,94

Valoración semanal

ENERGIA	1335,72	PROTEÍNAS	69,27	20,75%	
LÍPIDOS	55,22	37,20%	HC	134,7214305	40,34%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

ASTRINGENTE

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de fideos	Crema de patata (sin margarina)	Arroz en blanco con zanahoria	Patatas en blanco con calabaza	Coditos en blanco	Sopa de fideos	Sopa de picadillo
	Segundo	Merluza cocida	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada ternera en su jugo	Merluza al horno	Pollo en su jugo (sin piel)	Bacaladilla cocida	Lomo al horno
	Guarnición	con zanahoria cocida	con pasta cocida	con patatas cocidas	con pasta cocida	con zanahoria hervida	con patatas cocidas	con arroz blanco
	Postre	Manzana rallada	Plátano maduro	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Plátano maduro	Manzana rallada
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de patata	Sopa de letras	Sopa de ave	Crema de patata y zanahoria	Sopa de pasta	Crema de zanahoria (sin cebolla, sin margarina)	Puré de calabaza (sin cebolla)
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido a la plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia a la plancha
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con arroz blanco	con patata cocida	con zanahorias cocidas	con patatas cocidas
	Postre	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Plátano maduro	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1447	71,73	66,53	135,14	1134	52,24	42,04	118,07	1112	66,07	29,74	138,85	1164	59,72	41,92	128,62	1374	79,88	48,26	144,13	1428	66,77	67,11	134,58	1128	56,02	34,16	139,77

Valoración semanal

ENERGIA	1255,23	PROTEÍNAS	64,63	20,60%	
LÍPIDOS	47,11	33,78%	HC	134,1636214	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

ASTRINGENTE

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de arroz	Macarrones en blanco con york	Arroz en blanco	Sopa de pasta	Crema de calabaza (sin cebolla)	Arroz en blanco	Macarrones en blanco con zanahoria
	Segundo	Ternera cocida	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos cocidos	Muslo de pollo cocido (sin piel)	Platija a la plancha	Bacalao cocido
	Guarnición	con patatas cocidas	con zanahoria cocida	con zanahoria cocida	con puré de patatas natural	con pasta cocida	con zanahoria hervida	con arroz blanco
	Postre	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Compota	Plátano maduro	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de fideos	Crema de arroz	Sopa de lluvia	Crema de patatas (sin margarina)	Sopa de estremitas	Sopa de ave con pasta	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo en su jugo (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de cerdo fresco	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con zanahoria hervida	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con patatas cocidas
	Postre	Manzana rallada	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Plátano maduro	Manzana rallada
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1292	62,11	51,31	134,67	1300	65,86	54,84	139,96	1437	82,12	51,98	130,98	1259	63,69	55,84	130,91	1305	79,16	46,83	130,59	1319	75,83	48,45	130,68	1279	57,37	47,39	142,62

Valoración semanal

ENERGIA	1312,90	PROTEÍNAS	69,45	21,16%	
LÍPIDOS	50,95	34,92%	HC	134,3436801	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

ASTRINGENTE

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz en blanco con york	Sopa de fideos	Sopa de letras	Arroz blanco con zanahoria	Crema de arroz	Arroz en blanco
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera en su jugo	Pavo plancha	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado en su jugo	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	con zanahoria	con zanahoria hervida	con patatas cocidas	con arroz hervido	con zanahoria	con patatas cocidas	con zanahoria hervida
	Postre	Manzana asada	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Compota	Plátano maduro	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Crema de zanahoria (sin cebolla, margarina)	Crema de zanahoria	Crema de patatas (sin margarina)	Crema de calabaza (sin cebolla)	Sopa de fideos	Sopa de pasta
	Segundo	Pavo en su jugo	Tilapia a la plancha	Merluza cocida	Jamón cocido a la plancha	Limanda al horno	Tortilla francesa	Pollo (sin piel) en su jugo
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con arroz blanco	con zanahoria hervida	con patatas cocidas	con zanahoria	con calabaza hervida
	Postre	Yogur natural desnatado	Plátano maduro	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Manzana rallada	Plátano maduro
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1286	69,69	48,78	131,29	1489	65,13	66,80	144,29	1262	63,18	49,02	133,28	1246	56,78	45,18	146,55	1226	69,16	43,27	133,25	1255	57,94	63,86	116,28	1476	88,36	62,37	124,74

Valoración semanal

ENERGIA	1320,00	PROTEÍNAS	67,18	20,36%	
LÍPIDOS	54,18	36,94%	HC	132,8109698	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN PURINAS

LUNES 9-4-18 MARTES 10-4-18 MIÉRCOLES 11-4-18 JUEVES 12-4-18 VIERNES 13-4-18 SÁBADO 14-4-18 DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Arroz a banda	Guisantes salteados con cebolla	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduritas y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo (75g)	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco blanco del día	Pollo asado (sin piel) a la naranja	Lacón (75g) a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Merluza a la plancha
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta	Sopa de estrellitas	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Abadejo en su jugo	Filete de ternera (75g) cocida	Lomo fresco (75g) plancha	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas dado	con patatas cocidas	con lechuga, zanahoria y soja	con patatas fritas	tomate al horno	con patatas dado	con patata cocida
	Postre	Fruta	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1279	57,34	56,98	122,85	1304	48,16	50,32	139,71	1151	58,00	31,75	146,76	1430	63,04	57,29	155,87	1641	61,48	80,17	154,66	1158	65,73	32,44	143,53	1532	69,48	69,06	147,08

Valoración semanal

ENERGIA	1356,32	PROTEÍNAS	60,46	17,83%	
LÍPIDOS	54,00	35,83%	HC	144,351512	42,57%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN PURINAS

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella de verduras y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Crema de calabacín (sin margarina)	Macarrones con verduras	Sopa de fideos
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada de ternera (75g)	Pollo asado (sin piel)	Huevos cocidos	Pollo en su jugo (sin piel)	Pescado fresco blanco	Ternera cocida (75g)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduras	con ensalada	con berenjena plancha	con judías verdes cocidas
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Melocotón en almíbar	Natillas	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Judías verdes rehogadas con patatas	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno (75g)	Jamón cocido plancha	Fogonero al horno	Ragout (75g) guisado	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con patatas cocidas	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con zanahoria cocida	con patata risolada
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Macedonia	Yogur	Fruta	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1313	65,21	56,11	123,60	1205	51,01	39,74	151,16	1300	71,86	41,91	151,99	1450	65,03	66,44	131,64	1150	67,52	39,18	118,98	1195	57,33	34,46	154,99	1302	53,57	48,42	151,68

Valoración semanal

ENERGIA	1273,55	PROTEÍNAS	61,65	19,36%	
LÍPIDOS	46,61	32,94%	HC	140,5763426	44,15%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN PURINAS

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones con verduritas y pescado blanco	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz con verduras	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Estofado de pavo	Pechuga de pollo plancha	Pescado blanco fresco plancha	Perca en salsa	Abadejo cocido	Lomo (75g) a la plancha	Huevos fritos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	ensalada	con patatas cocidas	calabaza hervida	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas	Pera en almíbar	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Sopa maravilla
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filete de lomo (75g) cocido	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1398	73,83	50,57	157,38	1500	66,78	76,52	130,28	1237	56,60	47,57	133,80	1336	58,81	57,30	134,74	1203	69,31	42,00	131,67	1444	65,77	63,63	141,49	1512	63,55	74,29	133,46

Valoración semanal

ENERGIA	1375,81	PROTEÍNAS	64,95	18,88%	
LÍPIDOS	58,84	38,49%	HC	137,5456367	39,99%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN PURINAS

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de fideos	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras	Alubias pintas con verduras	Coditos con tomate y verduras	Sopa Minestrone	Sopa de fideos
	Segundo	Carne magra (75g) asada	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada de ternera (75g)	Merluza al horno	Pollo asado (sin piel)	Lacón (75g) a la gallega	Lomo al horno (75g)
	Guarnición	con guisantes	con tomate y queso fresco	con calabacín al horno	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	con verduras
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Macedonia	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga y tomate	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Melocotón en almibar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1383	64,00	59,29	138,60	1399	57,96	63,11	142,32	1152	60,00	27,91	142,94	1466	59,34	52,11	177,31	1345	75,90	45,75	146,94	1477	65,00	71,96	129,50	1241	53,00	41,44	152,48

Valoración semanal

ENERGIA	1351,78	PROTEÍNAS	62,17	18,40%	
LÍPIDOS	51,65	34,39%	HC	147,1586617	43,55%

REVISADO POR: *Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304*



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN PURINAS

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Macarrones con verduras	Arroz con verduras	Sopa de pasta	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera (75g) en salsa de cebolla	Pescado blanco fresco plancha	Lomo (75g) a la plancha	Huevos fritos	Muslo de pollo (sin piel) al chilindrón	Platija a la plancha	Abadejo a la plancha
	Guarnición	con patatas paja	ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduras
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra imperial salteada con jamón cocido y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia (75g)	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas cocidas	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1290	57,47	49,50	143,28	1328	58,00	65,61	137,17	1386	75,00	52,98	133,42	1462	61,00	79,42	119,68	1282	75,15	44,60	134,37	1335	73,02	51,34	140,86	1369	54,91	58,30	144,11

Valoración semanal

ENERGIA	1350,26	PROTEÍNAS	64,94	19,24%	
LÍPIDOS	57,39	38,26%	HC	136,1269786	40,33%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

BAJA EN PURINAS

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz con verduras	Sopa de fideos	Sopa de tomate	Macarrones con verduras	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout ternera (75g)	Carne magra (75g) asada	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado en su jugo (75g)	Ternera (75g) en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	con patatas cocidas	con arroz hervido	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido plancha	Limanda al horno	Tortilla francesa	Pollo en su jugo
	Guarnición	con patatas fritas	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Yogur	Fruta	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1357	64,98	53,85	143,16	1521	64,00	66,18	153,23	1185	57,87	44,57	130,05	1203	52,29	41,58	148,56	1183	60,00	42,54	132,50	1245	65,00	53,51	116,22	1737	93,39	86,85	129,05

Valoración semanal

ENERGIA	1347,40	PROTEÍNAS	65,36	19,40%	
LÍPIDOS	55,58	37,13%	HC	136,1093609	40,41%

REVISADO POR: *Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304*

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INSUFICIENCIA RENAL GENERAL

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de arroz y calabaza	Crema de zanahoria (sin margarina)	Arroz blanco con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduritas	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo (80g)	Pescadilla (100g) a la plancha	Pescado fresco blanco (100g) del día	Pollo asado (80g, sin piel) en su jugo	Lacón cocido (80g) plancha	Taquitos de pavo (80g) en su jugo	Merluza (100g) a la plancha
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz en blanco	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduritas	con pimientos asados
	Postre	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta (s/cebolla, pimiento rojo, tomate)	Sopa de estrellas	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Abadejo (100g) en su jugo	Filete de ternera (80g) cocida	Lomo fresco (80g) plancha	Tortilla francesa (1ud)	Pechuga de pollo (80g) plancha	Limanda (100g) al ajillo	Huevo cocido (1ud)
	Guarnición	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con lechuga y zanahoria	con lechuga y zanahoria	con zanahoria cocida	con lechuga y zanahoria	con patata cocida
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Piña en su jugo	Yogur desnatado	Compota	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1143	56,40	41,26	126,75	1202	51,93	36,46	140,69	1138	60,52	30,58	125,90	1306	61,85	58,07	119,70	1438	59,20	70,55	113,30	1128	64,77	32,64	125,31	1225	62,34	40,77	138,41

Valoración semanal

ENERGIA	1225,66	PROTEÍNAS	59,57	19,44%	
LÍPIDOS	44,33	32,55%	HC	127,1520119	41,50%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INSUFICIENCIA RENAL GENERAL

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Coditos en blanco con verduras	Pisto de verduras (sin tomate)	Arroz blanco con verduras	Coliflor con patata al ajillo	Crema de calabacín (sin margarina)	Macarrones en blanco con verduras	Sopa de fideos
	Segundo	Pescadilla (100g) a la plancha	Carrillada ternera (80g) en su jugo	Pollo asado (80g, sin piel)	Huevo cocido (1 unidad)	Pollo en su jugo (80g, sin piel)	Pescado fresco blanco (100g)	Ternera (80g) cocida
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas cocidas	con lechuga y pepino	con verduras	con arroz blanco	con berenjena plancha	con judías verdes cocidas
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota	Melocotón en almibar	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Judías verdes rehogadas con patatas	Puré de calabaza (sin cebolla)	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno (80g)	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Fogonero (100g) al horno	Ragout (80g) en su jugo	Merluza (100g) cocida	Tortilla francesa (1ud)	Abadejo (100g) al horno
	Guarnición	con champiñones	con zanahoria cocida	con asadillo de pimientos naturales (no conserva)	con menestra	con lechuga y zanahoria	con zanahoria cocida	con lechuga y pepino
	Postre	Yogur desnatado	Manzana asada	Compota	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)	Compota	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1215	63,00	50,87	122,69	1097	60,65	35,40	132,41	1235	60,00	40,54	140,39	1310	62,00	50,53	137,56	1141	61,00	39,46	110,28	1205	61,74	36,79	147,29	1274	60,06	44,59	148,07

Valoración semanal

ENERGIA	1211,12	PROTEÍNAS	61,21	20,22%	
LÍPIDOS	42,60	31,65%	HC	134,0993372	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INSUFICIENCIA RENAL GENERAL

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones en blanco con verduras	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Arroz en blanco con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz blanco con verduras	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas
	Segundo	Pavo (80g) cocido	Pechuga pollo (80g) plancha	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Ternera (80g) cocida	Abadejo (100g) cocido	Lomo (80g) a la plancha	Huevo cocido (1 unidad)
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas cocidas	con lechuga y pepino	con patatas cocidas	calabaza hervida	con zanahoria cocida	con lechuga y pimienta
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta cocida (manzana o pera)	Peras en su jugo	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina (sin cebolla, pimienta)	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Sopa maravilla
	Segundo	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Merluza (80g) al horno	Filete de lomo (80g) cocido	Tortilla francesa (1 unid)	Pollo asado (80g, sin piel)	Fogonero al horno	Platija (80g) a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto (sin tomate)	con salteado de calabacín y cebolla	con zanahoria cocida	con pimienta verde asado	con judías verdes cocidas	con verduras
	Postre	Compota	Yogur desnatado	Compota	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1229	63,00	39,03	144,71	1339	64,19	68,85	120,37	1253	62,53	48,87	131,23	1307	59,30	58,76	123,68	1151	59,00	40,18	130,54	1257	62,00	45,39	129,74	1436	60,00	69,83	124,69

Valoración semanal

ENERGIA	1281,75	PROTEÍNAS	61,43	19,17%	
LÍPIDOS	52,99	37,20%	HC	129,2781404	40,34%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INSUFICIENCIA RENAL GENERAL

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de fideos	Sopa juliana (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Arroz en blanco con verduritas	Patatas en blanco con verduras	Coditos en blanco con verduritas	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de fideos
	Segundo	Carne magra (80g) asada	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Carrillada ternera (80g) en su jugo	Merluza (100g) al horno	Pollo asado (80g, sin piel)	Lacón cocido (80g) plancha	Lomo (80g) al horno
	Guarnición	con guisantes	con pasta cocida	con calabacín al horno	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas cocidas	con verduritas
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de verduras (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa de ave	Sopa de ave con arroz	Judías verdes al ajillo	Crema de zanahoria (sin margarina)	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo (80g) a la plancha	Huevo cocido (1 unidad)	Halibut (100g) a la plancha	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Abadejo (100g) cocido	Tortilla francesa (1 unid)	Tilapia (100g) plancha
	Guarnición	con arroz hervido	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con patata cocida	con lechuga y pepino	con lechuga y pimienta
	Postre	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Melocotón en almíbar	Compota	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1389	62,00	63,84	129,68	1088	50,13	40,34	113,30	1067	63,40	28,54	133,24	1117	57,30	40,23	123,43	1318	64,00	46,31	138,30	1370	64,07	64,40	129,14	1082	53,76	32,78	134,12

Valoración semanal

ENERGIA	1204,51	PROTEÍNAS	59,24	19,67%	
LÍPIDOS	45,21	33,78%	HC	128,742869	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INSUFICIENCIA RENAL GENERAL

LUNES 7-5-18 MARTES 8-5-18 MIÉRCOLES 9-5-18 JUEVES 10-5-18 VIERNES 11-5-18 SÁBADO 12-5-18 DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Macarrones en blanco con verduritas	Arroz en blanco con verduritas	Sopa de pasta	Crema de calabaza (sin cebolla)	Arroz en blanco con verduritas	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera (80g) cocida	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Lomo (80g) a la plancha	Huevo cocido (1 unidad)	Muslo de pollo cocido (80g, sin piel)	Magro (80g) al horno	Abadejo (100g) la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con berenjena al horno	con zanahoria hervida	con pimientos natural	con zanahoria hervida	con verduritas
	Postre	Fruta cocida (manzana o pera)	Piña en su jugo	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Judías verdes rehogadas	Menestra imperial salteada con jamón cocido bajo en sal y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Sopa de estrellitas	Sopa de ave con pasta	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa (1 unid)	Pollo asado (80g, sin piel)	Tilapia (100g) a la plancha	Lomo de cerdo fresco (80g)	Merluza (100g) en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo (80g) plancha
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con cama de calabacín	con verduritas	con patatas cocidas	con lechuga y cebolla
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Compota	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1240	59,60	49,24	129,22	1248	63,20	52,63	134,31	1379	62,00	49,88	125,69	1208	61,12	53,58	125,62	1252	64,00	44,94	125,32	1265	65,00	46,49	125,40	1227	55,06	45,47	136,85

Valoración semanal

ENERGIA	1259,85	PROTEÍNAS	61,42	19,50%	
LÍPIDOS	48,89	34,92%	HC	128,9156526	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INSUFICIENCIA RENAL GENERAL

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz en blanco con verduras	Sopa de fideos	Sopa de letras	Macarrones en blanco c/verduras	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Arroz en blanco con verduras
	Segundo	Huevo cocido (1 unidad)	Ragout ternera (80g)	Carne magra (80g) asada	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Lomo (80g) asado en su jugo	Ternera (80g) en su jugo	Abadejo (100g) cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	con patatas cocidas	con arroz hervido	con pisto (sin tomate)	con patatas cocidas	con calabacín a la plancha
	Postre	Manzana asada	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de zanahoria (sin margarina)	Judías verdes con patatas	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de pasta
	Segundo	Pavo (80g) en su jugo	Tilapia (100g) a la plancha	Merluza (100g) al horno	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Limanda (100g) al horno	Tortilla francesa (1 unid)	Pollo (sin piel) en su jugo (80g)
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con lechuga	con cebolla pochada	con lechuga y pepino	verduras asadas	con zanahoria	con pimientos fritos naturales
	Postre	Compota	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1234	62,00	46,80	125,99	1429	62,50	64,10	138,46	1211	60,62	47,04	127,90	1196	54,48	43,35	140,63	1176	63,00	41,52	127,87	1204	55,60	61,28	111,58	1416	69,00	59,85	119,70

Valoración semanal

ENERGIA	1266,67	PROTEÍNAS	61,03	19,27%	
LÍPIDOS	51,99	36,94%	HC	127,44487	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO, INSUFICIENCIA RENAL

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de arroz y calabaza	Crema de zanahoria (sin margarina)	Arroz blanco con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo (80g)	Pescadilla (100g) a la plancha	Pescado fresco blanco (100g) del día	Pollo asado (80g, sin piel) en su jugo	Lacón cocido (80g) plancha	Taquitos de pavo (80g) en su jugo	Merluza (100g) a la plancha
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduras	con arroz en blanco	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta (s/cebolla, pimiento rojo, tomate)	Sopa de estrellitas	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Abadejo (100g) en su jugo	Filete de ternera (80g) cocida	Lomo fresco (80g) plancha	Tortilla francesa (1ud)	Pechuga de pollo (80g) plancha	Limanda (100g) al ajillo	Huevo cocido (1ud)
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con lechuga y zanahoria	con zanahoria cocida	con lechuga y zanahoria	con patata cocida
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Piña en su jugo	Yogur desnatado	Compota	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1143	56,40	41,26	126,75	1202	51,93	36,46	140,69	1138	60,52	30,58	125,90	1306	61,85	58,07	119,70	1438	59,20	70,55	113,30	1128	64,77	32,64	125,31	1225	62,34	40,77	138,41

Valoración semanal

ENERGIA	1225,66	PROTEÍNAS	59,57	19,44%	
LÍPIDOS	44,33	32,55%	HC	127,1520119	41,50%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO, INSUFICIENCIA RENAL

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Coditos en blanco con verduritas	Pisto de verduras (sin tomate)	Arroz blanco con verduritas	Coliflor con patata al ajillo	Crema de calabacín (sin margarina)	Macarrones en blanco con verduritas	Sopa de fideos
	Segundo	Pescadilla (100g) a la plancha	Carrillada ternera (80g) en su jugo	Pollo asado (80g, sin piel)	Huevo cocido (1 unidad)	Pollo en su jugo (80g, sin piel)	Pescado fresco blanco (100g)	Ternera (80g) cocida
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas cocidas	con lechuga y pepino	con verduritas	con arroz blanco	con berenjena plancha	con judías verdes cocidas
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota	Melocotón en su jugo	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Judías verdes rehogadas con patatas	Puré de calabaza (sin cebolla)	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno (80g)	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Fogonero (100g) al horno	Ragout (80g) en su jugo	Merluza (100g) cocida	Tortilla francesa (1ud)	Abadejo (100g) al horno
	Guarnición	con champiñones	con zanahoria cocida	con asadillo de pimientos naturales (no conserva)	con menestra	con lechuga y zanahoria	con zanahoria cocida	con lechuga y pepino
	Postre	Yogur desnatado	Manzana asada	Compota	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)	Compota	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1215	63,00	50,87	122,69	1097	60,65	35,40	132,41	1235	60,00	40,54	140,39	1310	62,00	50,53	137,56	1141	61,00	39,46	110,28	1205	61,74	36,79	147,29	1274	60,06	44,59	148,07

Valoración semanal

ENERGIA	1211,12	PROTEÍNAS	61,21	20,22%	
LÍPIDOS	42,60	31,65%	HC	134,0993372	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO, INSUFICIENCIA RENAL

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones en blanco con verduras	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Arroz en blanco con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz blanco con verduras	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduras
	Segundo	Pavo (80g) cocido	Pechuga pollo (80g) plancha	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Ternera (80g) cocida	Abadejo (100g) cocido	Lomo (80g) a la plancha	Huevo cocido (1 unidad)
	Guarnición	con verduras salteadas	con patatas cocidas	con lechuga y pepino	con patatas cocidas	calabaza hervida	con zanahoria cocida	con lechuga y pimiento
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta cocida (manzana o pera)	Peras en su jugo	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina (sin cebolla, pimiento)	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Sopa maravilla
	Segundo	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Merluza (80g) al horno	Filete de lomo (80g) cocido	Tortilla francesa (1 unid)	Pollo asado (80g, sin piel)	Fogonero al horno	Platija (80g) a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto (sin tomate)	con salteado de calabacín y cebolla	con zanahoria cocida	con pimiento verde asado	con judías verdes cocidas	con verduras
	Postre	Compota	Yogur desnatado	Compota	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1229	63,00	39,03	144,71	1339	64,19	68,85	120,37	1253	62,53	48,87	131,23	1307	59,30	58,76	123,68	1151	59,00	40,18	130,54	1257	62,00	45,39	129,74	1436	60,00	69,83	124,69

Valoración semanal

ENERGIA	1281,75	PROTEÍNAS	61,43	19,17%	
LÍPIDOS	52,99	37,20%	HC	129,2781404	40,34%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO, INSUFICIENCIA RENAL

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de fideos	Sopa juliana (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Arroz en blanco con verduritas	Patatas en blanco con verduras	Coditos en blanco con verduritas	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de fideos
	Segundo	Carne magra (80g) asada	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Carrillada ternera (80g) en su jugo	Merluza (100g) al horno	Pollo asado (80g, sin piel)	Lacón cocido (80g) plancha	Lomo (80g) al horno
	Guarnición	con guisantes	con pasta cocida	con calabacín al horno	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas cocidas	con verduritas
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de verduras (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa de ave	Sopa de ave con arroz	Judías verdes al ajillo	Crema de zanahoria (sin margarina)	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo (80g) a la plancha	Huevo cocido (1 unidad)	Halibut (100g) a la plancha	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Abadejo (100g) cocido	Tortilla francesa (1 unid)	Tilapia (100g) plancha
	Guarnición	con arroz hervido	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con patata cocida	con lechuga y pepino	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)	Compota	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1389	62,00	63,84	129,68	1088	50,13	40,34	113,30	1067	63,40	28,54	133,24	1117	57,30	40,23	123,43	1318	64,00	46,31	138,30	1370	64,07	64,40	129,14	1082	53,76	32,78	134,12

Valoración semanal

ENERGIA	1204,51	PROTEÍNAS	59,24	19,67%	
LÍPIDOS	45,21	33,78%	HC	128,742869	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO, INSUFICIENCIA RENAL

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Macarrones en blanco con verduras	Arroz en blanco con verduras	Sopa de pasta	Crema de calabaza (sin cebolla)	Arroz en blanco con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera (80g) cocida	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Lomo (80g) a la plancha	Huevo cocido (1 unidad)	Muslo de pollo cocido (80g, sin piel)	Magro (80g) al horno	Abadejo (100g) la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con berenjena al horno	con zanahoria hervida	con pimientos natural	con zanahoria hervida	con verduras
	Postre	Fruta cocida (manzana o pera)	Piña en su jugo	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Judías verdes rehogadas	Menestra imperial salteada con jamón cocido bajo en sal y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Sopa de estrellas	Sopa de ave con pasta	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa (1 unid)	Pollo asado (80g, sin piel)	Tilapia (100g) a la plancha	Lomo de cerdo fresco (80g)	Merluza (100g) en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo (80g) plancha
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con cama de calabacín	con verduras	con patatas cocidas	con lechuga y cebolla
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Compota	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1240	59,60	49,24	129,22	1248	63,20	52,63	134,31	1379	62,00	49,88	125,69	1208	61,12	53,58	125,62	1252	64,00	44,94	125,32	1265	65,00	46,49	125,40	1227	55,06	45,47	136,85

Valoración semanal

ENERGIA	1259,85	PROTEÍNAS	61,42	19,50%	
LÍPIDOS	48,89	34,92%	HC	128,9156526	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICO, INSUFICIENCIA RENAL

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz en blanco con verduras	Sopa de fideos	Sopa de letras	Macarrones en blanco c/verduras	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Arroz en blanco con verduras
	Segundo	Huevo cocido (1 unidad)	Ragout ternera (80g)	Carne magra (80g) asada	Pescado blanco (100g) fresco plancha	Lomo (80g) asado en su jugo	Ternera (80g) en su jugo	Abadejo (100g) cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	con patatas cocidas	con arroz hervido	con pisto (sin tomate)	con patatas cocidas	con calabacín a la plancha
	Postre	Manzana asada	Fruta cocida (manzana o pera)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta cocida (manzana o pera)	Compota
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de zanahoria (sin margarina)	Judías verdes con patatas	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de pasta
	Segundo	Pavo (80g) en su jugo	Tilapia (100g) a la plancha	Merluza (100g) al horno	Jamón cocido s/sal (50g) plancha	Limanda (100g) al horno	Tortilla francesa (1 unid)	Pollo (sin piel) en su jugo (80g)
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con lechuga	con cebolla pochada	con lechuga y pepino	verduras asadas	con zanahoria	con pimientos fritos naturales
	Postre	Compota	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1234	62,00	46,80	125,99	1429	62,50	64,10	138,46	1211	60,62	47,04	127,90	1196	54,48	43,35	140,63	1176	63,00	41,52	127,87	1204	55,60	61,28	111,58	1416	69,00	59,85	119,70

Valoración semanal

ENERGIA	1266,67	PROTEÍNAS	61,03	19,27%	
LÍPIDOS	51,99	36,94%	HC	127,44487	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA, BAJO EN POTASIO

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de arroz y calabaza	Crema de zanahoria (sin margarina)	Arroz blanco con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduritas y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco blanco del día	Pollo asado en su jugo	Lacón cocido	Taquitos de pavo en su jugo	Merluza a la plancha
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz en blanco	con cebolla pochada	con patata cocida	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta (s/cebolla, pimiento rojo, tomate)	Sopa de estremitas	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Abadejo en su jugo	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con lechuga y zanahoria	con lechuga y zanahoria	con zanahoria cocida	con lechuga y zanahoria	con patata cocida
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1258	62,04	45,39	139,42	1322	57,12	40,11	154,76	1252	66,57	33,64	138,50	1436	68,03	63,88	131,67	1582	65,12	77,60	124,64	1240	71,25	35,90	137,84	1347	68,58	44,84	152,25

Valoración semanal

ENERGIA	1348,22	PROTEÍNAS	65,53	19,44%	
LÍPIDOS	48,77	32,55%	HC	139,867213	41,50%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA, BAJO EN POTASIO

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Coditos en blanco con verduritas	Pisto de verduras (sin tomate)	Paella de verduritas y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Crema de calabacín (sin margarina)	Macarrones con verduritas	Sopa de fideos
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos cocidos	Pollo en su jugo	Pescado fresco blanco	Ternera cocida
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas cocidas	con lechuga y pepino	con verduritas	con arroz blanco	con berenjena plancha	con judías verdes cocidas
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur	Yogur	Melocotón en almíbar	Natillas	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Sopa maravilla	Sopa de fideos	Judías verdes rehogadas con patatas	Puré de calabaza (sin cebolla)	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno	Jamón cocido s/sal plancha	Fogonero al horno	Ragout en su jugo	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york sin sal	Abadejo al horno
	Guarnición	con champiñones	con zanahoria cocida	con asadillo de pimientos naturales (no conserva)	con menestra	con lechuga y zanahoria	con zanahoria cocida	con lechuga y pepino
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Compota	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1336	69,30	55,96	134,96	1207	66,72	38,94	145,65	1358	66,00	44,59	154,43	1441	68,20	55,58	151,32	1256	67,10	43,40	121,31	1326	67,91	40,47	162,02	1402	66,07	49,05	162,88

Valoración semanal

ENERGIA	1332,23	PROTEÍNAS	67,33	20,22%	
LÍPIDOS	46,86	31,65%	HC	147,5092709	44,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA, BAJO EN POTASIO

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones en blanco con verduras y pescado blanco	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Arroz en blanco con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido	Cordero	Pescado blanco fresco plancha	Ternera guisada	Abadejo cocido	Lomo a la plancha	Huevos fritos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas cocidas	con lechuga y pepino	con patatas cocidas	calabaza hervida	con zanahoria cocida	con lechuga y pimienta
	Postre	Fruta (no kiwi, no plátano)	Fruta (no kiwi, no plátano)	Fruta (no kiwi, no plátano)	Yogur	Natillas	Peras en su jugo	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina (sin cebolla, pimienta)	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Sopa maravilla
	Segundo	Jamón cocido s/sal plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto (sin tomate)	con salteado de calabacín y cebolla	con zanahoria cocida	con pimiento verde asado	con judías verdes cocidas	con verduras
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1325	67,92	42,08	156,01	1443	69,21	74,23	129,77	1351	67,41	52,68	141,48	1409	63,93	63,35	133,34	1241	63,61	43,32	140,73	1355	66,84	48,94	139,88	1549	64,69	75,28	134,43

Valoración semanal

ENERGIA	1381,87	PROTEÍNAS	66,23	19,17%	
LÍPIDOS	57,12	37,20%	HC	139,3760559	40,34%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA, BAJO EN POTASIO

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de fideos	Sopa Juliana (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Arroz en blanco con verduras	Patatas en blanco con verduras	Coditos en blanco con verduras	Sopa Minestrone	Sopa de fideos
	Segundo	Carne magra asada	Pescado blanco fresco plancha	Carrillada de ternera en su jugo	Merluza al horno	Pollo asado	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	con guisantes	con pasta cocida	con calabacín al horno	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas cocidas	con verduras
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de verduras (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa de ave	Sopa de ave con arroz	Judías verdes al ajillo	Crema de zanahoria (sin margarina)	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido s/sal plancha	Abadejo cocido	Tortilla francesa	Tilapia a la plancha
	Guarnición	con arroz hervido	con zanahoria cocida	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con patata cocida	con lechuga y pepino	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur	Yogur	Flan vainilla	Melocotón en almíbar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC				
1527	68,20	70,22	142,64	1197	55,14	44,38	124,63	1173	69,74	31,39	146,57	1229	63,03	44,25	135,77	1450	70,40	50,94	152,13	1507	70,47	70,84	142,05	1191	59,13	36,06	147,53

Valoración semanal

ENERGIA	1324,96	PROTEÍNAS	65,16	19,67%	
LÍPIDOS	49,73	33,78%	HC	141,6171559	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA, BAJO EN POTASIO

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Macarrones con verduras	Arroz con verduras	Sopa de pasta	Crema de calabaza (sin cebolla)	Arroz con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera cocida	Pescado blanco fresco plancha	Lomo a la plancha	Huevos fritos	Muslo de pollo al chilindrón	Magro al horno	Abadejo a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con lechuga y zanahoria	con berenjena al horno	con zanahoria hervida	con pimientos natural	con zanahoria hervida	con verduras
	Postre	Fruta cocida (manzana o pera)	Piña en su jugo	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Judías verdes rehogadas	Menestra imperial salteada con jamón cocido bajo en sal y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Sopa de estrellitas	Sopa de ave con pasta	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de cerdo fresco	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con zanahoria al vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con cama de calabacín	con verduras	con patatas cocidas	con lechuga y cebolla
	Postre	Fruta (no kiwi ni plátano)	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1351	64,91	53,62	140,73	1359	68,82	57,31	146,26	1501	67,52	54,31	136,87	1315	66,56	58,35	136,80	1364	69,70	48,94	136,47	1378	70,79	50,63	136,56	1336	59,96	49,52	149,03

Valoración semanal

ENERGIA	1371,98	PROTEÍNAS	66,89	19,50%	
LÍPIDOS	53,24	34,92%	HC	140,3891457	40,93%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPOSÓDICA, BAJO EN POTASIO

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz en blanco con verduritas	Sopa de fideos	Sopa de letras	Macarrones c/verduras y jamón york sin sal	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Arroz en blanco con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera	Carne magra asada	Pescado blanco fresco plancha	Lomo asado	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	con patatas cocidas	con arroz hervido	con pisto (sin tomate)	con patatas cocidas	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Sopa juliana	Judías verdes con patatas	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone (sin cebolla, p. rojo, tomate)	Sopa de pasta
	Segundo	Pavo en su jugo	Cinta de lomo fresca	Merluza al horno	Jamón cocido s/sal plancha	Limanda al horno	Tortilla francesa	Pollo al oporto
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con lechuga y pepino	verduras asadas	con zanahoria	con pimientos fritos naturales
	Postre	Yogur	Yogur	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta (no kiwi ni plátano)	Fruta (no kiwi ni plátano)
	Pan	Pan sin sal	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1344	67,52	50,97	137,20	1556	68,06	69,81	150,78	1319	66,02	51,23	139,28	1302	59,33	47,21	153,14	1281	68,61	45,22	139,25	1312	60,55	66,73	121,51	1543	75,14	65,18	130,35

Valoración semanal

ENERGIA	1379,40	PROTEÍNAS	66,46	19,27%	
LÍPIDOS	56,62	36,94%	HC	138,7874634	40,25%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERPROTEICA

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Patatas riojana (doble de carne)	Garbanzos guisados con chorizo	Guisantes salteados con bacon (doble de bacon)	Arroz con verduras (con jamón picado)	Coliflor gratinada	Fideuá (doble de pescado)	Lentejas con chorizo y panceta
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Cazón en adobo	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Bacalao a la bilbaina
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york (extra de jamón york)	Crema de ave (con huevo duro picado)	Crema de marisco (con huevo duro picado)	Crema de acelgas (con queso)	Sopa castellana	Crema de berenjena (con queso)	Judías verdes salteadas con jamón (doble de jamón)
	Segundo	Mero en salsa verde	Hamburguesa de ternera en salsa con verduras	Lomo adobado en salsa de tomate	Tortilla paisana	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos al plato
	Guarnición	con patatas dado	con ensalada	con patatas panadera	con patatas fritas	tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1630	78,17	72,61	156,54	1662	63,92	64,12	178,03	1467	75,18	40,46	187,00	1731	76,31	69,35	188,69	2090	87,26	102,15	197,07	1502	81,00	39,27	173,75	1854	84,11	83,59	178,04

Valoración semanal

ENERGIA	1705,09	PROTEÍNAS	77,99	18,30%	
LÍPIDOS	67,37	35,56%	HC	179,8744571	42,20%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERPROTEICA

LUNES 16-4-18 MARTES 17-4-18 MIÉRCOLES 18-4-18 JUEVES 19-4-18 VIERNES 20-4-18 SÁBADO 21-4-18 DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Coditos con atún	Pisto de verduras con picadillo de huevo duro	Paella mixta	Coliflor con patata y bechamel	Alubias pintas (con carne)	Macarrones genovesa (doble de carne)	Sopa de cocido
	Segundo	Atún en salsa de tomate	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos rellenos	Pollo a la cerveza	Pescado fresco del día	Cocido completo (con doble de morcillo)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con salteado de berenjena y queso	.
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Cuajada	Natillas	Fruta	Tarta de San Marcos
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (con queso)	Menestra de verduras con jamón	Crema de puerros (con huevo duro picado)	Sopa de fideos (con jamón picado)	Sopa de cebolla (con dados de jamón)	Puré de calabaza con queso	Crema hortelana (con huevo duro picado)
	Segundo	Lomo en salsa	Jamón cocido plancha	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con champiñones	con tomate a la provenzal	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con patatas fritas	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Macedonia	Yogur	Fruta	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1673	88,19	71,49	157,49	1585	67,54	50,64	192,62	1574	86,99	50,74	183,99	1848	93,05	84,65	167,74	1490	83,00	48,00	145,00	1446	69,40	41,72	187,62	1660	72,09	61,70	193,27

Valoración semanal

ENERGÍA	1610,68	PROTEÍNAS	80,04	19,88%	
LÍPIDOS	58,42	32,64%	HC	175,3901154	43,56%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERPROTEICA

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones marinera (doble de pescado)	Berenjenas rellenas	Garbanzos con verduras (con huevo duro picado)	Judías verdes con jamón (doble de jamón)	Arroz con verduras y carne	Lentejas guisadas (con carne)	Fideuá
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Bacalao en salsa verde con	Lomo empanado	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Cuajada	Fruta	Yogur	Natillas	Pera en almíbar	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra Imperial (con huevo duro picado)	Guisantes con bacón	Sopa de picadillo de jamón	Sopa de pescado (doble de pescado)	Crema de verduras con queso	Sopa de letras (con huevo duro picado)	Espinacas al ajillo (con jamón york)
	Segundo	Jamón cocido plancha	Merluza al horno	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado	Sardinillas en aceite	Platija en salsa con chirlas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1692	89,38	61,22	190,51	1816	80,84	92,62	157,71	1576	75,94	60,62	170,49	1617	71,19	69,36	163,11	1502	85,00	52,00	159,39	1840	87,63	81,08	180,29	1831	76,93	89,93	161,56

Valoración semanal

ENERGIA	1696,32	PROTEÍNAS	80,99	19,10%	
LÍPIDOS	72,40	38,41%	HC	169,0081646	39,85%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERPROTEICA

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas riojana (doble de carne)	Arroz con verduras y gambas (extra de gambas)	Alubias pintas (con carne)	Coditos con atún y queso	Sopa Minestrone (con dados de jamón cocido)	Sopa de picadillo (doble de jamón)
	Segundo	Cocido completo (con doble de morcillo)	Pescado fresco del día	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo en pepitoria	Lacón a la gallega	Callos con garbanzos (callos de ternera, garbanzos, chorizo, jamón, pimiento, cebolla, tomate, ajo, pimentón)
	Guarnición	.	con tomate y mozzarella	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	.
	Postre	Fruta	Plátano maduro	Fruta	Cuajada	Macedonia	Fruta	Tarta de Santiago
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Pimientos rellenos	Crema de judías verdes (con queso)	Alcachofas con jamón	Crema de patata y zanahoria con huevo duro picado	Judías verdes al ajillo (con jamón picado)	Puré de guisantes con queso	Puré de calabaza con queso
	Segundo	Pollo al curry	Huevos gratinados	Halibut a la plancha	Filetes rusos en salsa	Calamares encebollados	Tortilla de queso	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz pilaf	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga, tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Melocotón en almibar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1762	84,28	75,54	176,61	1694	70,16	76,40	172,29	1480	79,00	37,00	182,14	1775	71,83	63,08	214,64	1628	91,88	55,38	177,87	1882	88,45	91,70	165,02	1581	71,73	52,81	194,30

Valoración semanal

ENERGIA	1685,89	PROTEÍNAS	79,62	18,89%	
LÍPIDOS	64,56	34,46%	HC	183,2685376	43,48%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERPROTEICA

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas (con jamón)	Macarrones con chorizo y queso	Potaje Gallego (doble de carne)	Sopa de marisco	Patatas con costilla (doble de carne)	Caldero de arroz y pescado (doble de pescado)	Lentejas a la riojana (con huevo duro picado)
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Codillo en salsa de pimienta	Huevos fritos, chistorra (2 unid)	Muslo de pollo al chilindrón	Magro guisado	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas paja	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduritas
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (con queso)	Sopa de tomate (con huevo duro picado)	Menestra Imperial salteada con jamón y patata (extra de jamón)	Puré de verduras con huevo duro picado	Crema de puerros con queso	Espinacas con bechamel	Crema de zanahoria (con queso)
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1562	69,57	59,92	173,44	1692	76,44	83,61	174,79	1766	104,87	67,51	170,01	1862	80,30	101,20	152,51	1662	90,97	55,00	162,66	1616	88,40	62,14	170,51	1657	66,48	70,58	174,44

Valoración semanal

ENERGIA	1688,31	PROTEÍNAS	82,43	19,53%	
LÍPIDOS	71,42	38,07%	HC	168,3374929	39,88%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERPROTEICA

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Pastel de patatas gratinado	Arroz asturiana (doble de magro)	Sopa de cocido	Pimientos rellenos	Macarrones gratinados (con jamón york)	Berenjenas rellenas	Fabada (doble de magro)
	Segundo	Huevos en salsa verde	Ragout de ternera	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)	Pescado fresco del día	Lomo asado	Ternera con pasas	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz pilaf	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta	Cuajada	Fruta	Cuajada	Tarta de chocolate
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín con queso	Acelgas con patatas salteadas al ajillo y jamón	Crema de champiñones con huevo duro picado	Crema de apio con queso	Crema de calabaza con huevo duro picado	Sopa Minestrone con picadillo de jamón	Crema de hortalizas con queso
	Segundo	Estofado de pavo	Hojaldre de atún y pisto	Calamares a la romana	Sándwich mixto	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo al oporto
	Guarnición	con patatas fritas	con lechuga y soja	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Natillas	Macedonia	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1643	78,66	65,18	173,30	1938	83,78	84,33	195,25	1510	73,74	56,79	165,71	1550	70,00	50,34	179,84	1508	78,42	54,21	168,84	1587	87,35	68,19	148,10	2103	113,06	105,13	156,21

Valoración semanal

ENERGIA	1691,12	PROTEÍNAS	83,57	19,77%	
LÍPIDOS	69,17	36,81%	HC	169,6060743	40,12%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERCALÓRICA

LUNES 9-4-18 MARTES 10-4-18 MIÉRCOLES 11-4-18 JUEVES 12-4-18 VIERNES 13-4-18 SÁBADO 14-4-18 DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas riojana (doble de carne)	Garbanzos guisados con chorizo	Guisantes salteados con bacon (doble de bacon)	Arroz con verduras (con jamón picado)	Coliflor gratinada	Fideuá (doble de pescado)	Lentejas con chorizo y panceta
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Cazón en adobo	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con arroz blanco	con pimientos asados
	Postre	Cuajada con miel	Plátano maduro	Fruta	Yogur con mermelada	Fruta	Plátano maduro	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york (extra de jamón york)	Crema de ave (con huevo duro picado)	Crema de marisco (con huevo duro picado)	Crema de acelgas (con queso)	Sopa castellana	Crema de berenjena (con queso)	Judías verdes salteadas con jamón (doble de jamón)
	Segundo	Mero en salsa verde	Hamburguesa de ternera en salsa con verduras	Lomo adobado en salsa de tomate	Tortilla paisana	Empanadillas	Limanda al ajillo	Huevos al plato
	Guarnición	con patatas dado	con patata cocida y aceite de oliva	con patatas panadera	con patatas fritas	tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Natillas	Yogur con mermelada	Piña en su jugo	Yogur con mermelada	Flan	Yogur con miel
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1679	80,51	74,78	161,24	1712	65,84	66,05	183,37	1511	77,43	41,67	192,61	1783	78,60	71,43	194,35	2153	89,88	105,21	202,98	1502	81,00	39,27	173,75	1910	86,63	86,10	183,38

Valoración semanal

ENERGIA	1749,81	PROTEÍNAS	79,98	18,28%	
LÍPIDOS	69,22	35,60%	HC	184,5260468	42,18%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERCALÓRICA

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Coditos con atún	Pisto de verduras con picadillo de huevo duro	Paella mixta	Coliflor con patata y bechamel	Alubias pintas (con carne)	Macarrones genovesa (doble de carne)	Sopa de cocido
	Segundo	Atún en salsa de tomate	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos rellenos	Pollo a la cerveza	Pescado fresco del día	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con arroz blanco	con salteado de berenjena y queso	.
	Postre	Fruta	Yogur con mermelada	Yogur con mermelada	Melocotón en almibar	Natillas	Fruta	Tarta de San Marcos
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (con queso)	Menestra de verduras con jamón	Crema de puerros (con huevo duro picado)	Sopa de fideos (con jamón picado)	Sopa de cebolla (con dados de jamón)	Puré de calabaza con queso	Crema hortelana (con huevo duro picado)
	Segundo	Lomo en salsa	Flamenquines	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con pasta cocida	con patata dado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con patatas fritas	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Cuajada con miel	Manzana asada c/azúcar	Macedonia	Yogur con mermelada	Fruta	Arroz con leche	Yogur con miel
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1723	90,84	73,64	162,21	1632	69,57	52,16	198,40	1621	89,60	52,26	189,51	1903	95,84	87,19	172,78	1535	85,49	49,44	149,35	1446	69,40	41,72	187,62	1709	74,25	63,55	199,07

Valoración semanal

ENERGIA	1652,81	PROTEÍNAS	82,14	19,88%	
LÍPIDOS	59,99	32,67%	HC	179,8477315	43,53%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERCALÓRICA

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Macarrones marinera (doble de pescado)	Berenjenas rellenas	Garbanzos con verduras (con huevo duro picado)	Judías verdes con jamón (doble de jamón)	Arroz con verduras y carne	Lentejas guisadas (con carne)	Fideua
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Bacalao en salsa verde con	Lomo empanado	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patata cocida y aceite de oliva	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Compota c/azúcar	Plátano maduro	Fruta	Yogur con mermelada	Natillas	Pera en almíbar	Pudding edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra Imperial (con huevo duro picado)	Guisantes con bacón	Sopa de picadillo de jamón	Sopa de pescado (doble de pescado)	Crema de verduras con queso	Sopa de letras (con huevo duro picado)	Espinacas al ajillo (con jamón york)
	Segundo	San Jacobo casero	Merluza al horno	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado	Sardinillas en aceite	Platija en salsa con chirlas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata cocida y aceite de oliva
	Postre	Yogur con mermelada	Flan	Yogur con miel	Fruta	Plátano maduro	Yogur con mermelada	Plátano maduro
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1743	92,06	63,06	196,23	1871	83,26	95,40	162,44	1623	78,22	62,44	175,60	1665	73,33	71,44	168,00	1547	87,55	53,56	164,18	1840	87,63	81,08	180,29	1886	79,24	92,63	166,40

Valoración semanal

ENERGIA	1739,33	PROTEÍNAS	83,04	19,10%	
LÍPIDOS	74,23	38,41%	HC	173,3057444	39,86%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERCALÓRICA

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas riojana (doble de carne)	Arroz con verduras y gambas (extra de gambas)	Alubias pintas (con carne)	Coditos con atún y queso	Sopa Minestrone (con dados de jamón cocido)	Sopa de picadillo (doble de jamón)
	Segundo	Cocido Completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla y repollo)	Pescado fresco del día	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo en pepitoria	Lacón a la gallega	Callos con garbanzos (callos de ternera, garbanzos, chorizo, jamón, pimiento, cebolla, tomate, ajo, pimentón)
	Guarnición	.	con pasta cocida	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	.
	Postre	Fruta	Plátano maduro	Fruta	Cuajada	Macedonia	Plátano maduro	Tarta de Santiago
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Pimientos rellenos	Crema de judías verdes (con queso)	Alcachofas con jamón	Crema de patata y zanahoria con huevo duro picado	Judías verdes al ajillo (con jamón picado)	Puré de guisantes con queso	Puré de calabaza con queso
	Segundo	Pollo al curry	Huevos gratinados	Magro en salsa	Empanadillas	Calamares encebollados	Tortilla de queso	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz pilaf	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga, tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur con miel	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Melocotón en almibar	Yogur con miel	Yogur con mermelada	Yogur con miel
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1815	86,81	77,81	181,91	1744	72,27	78,69	177,46	1524	81,37	38,11	187,61	1828	73,99	64,97	221,08	1677	94,63	57,04	183,21	1938	91,10	94,45	169,97	1629	73,88	54,39	200,13

Valoración semanal

ENERGIA	1736,47	PROTEÍNAS	82,01	18,89%	
LÍPIDOS	66,50	34,46%	HC	188,7665937	43,48%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERCALÓRICA

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas (con jamón)	Macarrones con chorizo y queso	Potaje Gallego (doble de carne)	Sopa de marisco	Patatas con costilla (doble de carne)	Caldero de arroz y pescado (doble de pescado)	Lentejas a la riojana (con huevo duro picado)
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Codillo en salsa de pimienta	Huevos fritos, chistorra (2 unid)	Muslo de pollo al chilindrón	Magro guisado	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas paja	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pasta cocida	con tomate aliñado	con verduritas
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta	Plátano maduro	Fruta	Yogur con mermelada	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (con queso)	Sopa de tomate (con huevo duro picado)	Menestra Imperial salteada con jamón y patata (extra de jamón)	Puré de verduras con huevo duro picado	Crema de puerros con queso	Espinacas con bechamel	Crema de zanahoria (con queso)
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Cuajada con miel	Yogur con mermelada	Yogur con miel	Yogur con mermelada	Plátano maduro	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1562	69,57	59,92	173,44	1743	78,74	86,12	180,03	1819	108,02	69,54	175,11	1918	82,71	104,24	157,08	1712	93,70	56,65	167,53	1665	91,05	64,01	175,63	1657	66,48	70,58	174,44

Valoración semanal

ENERGIA	1725,16	PROTEÍNAS	84,32	19,55%	
LÍPIDOS	73,01	38,09%	HC	171,8966856	39,86%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

HIPERCALÓRICA

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Pastel de patatas gratinado	Arroz asturiana (doble de magro)	Sopa de cocido	Pimientos rellenos	Macarrones gratinados (con jamón york)	Berenjenas rellenas	Fabada (doble de magro)
	Segundo	Huevos en salsa verde	Ragout de ternera	Cocido completo (morcillo, tocino,chorizo, morcilla, repollo)	Pescado fresco del día	Lomo asado	Ternera con pasas	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz pilaf	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada c/azúcar	Yogur con miel	Fruta	Compota c/azúcar	Plátano maduro	Cuajada	Tarta de chocolate
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín con queso	Sopa juliana	Crema de champiñones con huevo duro picado	Crema de apio con queso	Crema de calabaza con huevo duro picado	Sopa Minestrone con picadillo de jamón	Crema de hortalizas con queso
	Segundo	Estofado de pavo	Cinta de lomo fresca	Calamares a la romana	Sándwich mixto	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo al oporto
	Guarnición	con patatas fritas	con patatas cocidas	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Natillas	Yogur	Yogur con miel	Flan de vainilla	Yogur con mermelada	Fruta	Plátano maduro
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC				
1643	78,66	65,18	173,30	1996	86,30	86,86	201,11	1555	75,95	58,50	170,68	1597	72,10	51,85	185,23	1553	80,77	55,84	173,90	1587	87,35	68,19	148,10	2103	113,06	105,13	156,21

Valoración semanal

ENERGIA	1719,00	PROTEÍNAS	84,88	19,75%	
LÍPIDOS	70,22	36,76%	HC	172,6473617	40,17%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INTOLERANCIA AL GLUTEN (CELÍACO)

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con cebolla	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideuá (pasta sin gluten) con verduritas y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón (s/gluten) a la gallega (pimentón sin gluten)	Taquitos de pavo en salsa (sin harina)	Bacalao a la bilbaina
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta (pasta sin gluten)	Sopa de pasta sin gluten	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa castellana (pasta sin gluten y sin embutidos)	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Mero en salsa verde (sin harina)	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural	Tortilla paisana	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos al plato (jamón sin gluten)
	Guarnición	con patatas dado	con patatas cocidas	con patatas panadera	con patatas fritas	tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Yogur
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1361	65,25	60,61	130,68	1387	53,36	53,53	148,61	1224	62,76	33,77	156,11	1445	63,70	57,90	157,51	1745	72,84	85,27	164,51	1170	66,42	32,78	145,04	1548	70,21	69,78	148,63

Valoración semanal

ENERGIA	1411,43	PROTEÍNAS	64,93	18,40%	
LÍPIDOS	56,24	35,86%	HC	150,1560686	42,55%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INTOLERANCIA AL GLUTEN (CELÍACO)

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Arroz blanco con verduras y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras (sin embutido)	Pasta sin gluten con verduras y york sin gluten	Sopa de pasta sin gluten
	Segundo	Atún en salsa de tomate natural	Carrillada ternera en su jugo	Pollo asado	Huevos rellenos (sin mayonesa)	Pollo en su jugo	Pescado fresco	Cocido con verduras, repollo y carne magra
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduras	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Fruta	Yogur	Yogur	Melocotón en almíbar	Natillas	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta sin gluten	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de pasta sin gluten	Judías verdes rehogadas con patatas	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo en salsa (sin harina)	Jamón cocido sin gluten a la plancha	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa (sin harina)	Tortilla francesa de jamón york sin gluten	Abadejo en salsa (sin harina)
	Guarnición	con champiñones	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Macedonia	Yogur	Fruta	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1397	73,62	59,68	131,47	1281	56,38	42,27	160,79	1314	72,62	42,35	153,59	1542	77,68	70,67	140,03	1163	68,23	39,59	120,23	1207	57,93	34,82	156,62	1385	60,18	51,51	161,34

Valoración semanal

ENERGIA	1326,99	PROTEÍNAS	66,66	20,09%	
LÍPIDOS	48,70	33,03%	HC	146,2963269	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INTOLERANCIA AL GLUTEN (CELÍACO)

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Pasta sin gluten a la marinera	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso ni harina)	Garbanzos con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideuá (pasta sin gluten) con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado fresco del día a la plancha	Ternera guisada (colorante sin gluten)	Bacalao cocido	Lomo fresco a la plancha	Huevos fritos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas	Peras en su jugo	Yogur
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

CENA	Primero	Menestra Imperial (jamón cocido sin gluten)	Sopa campesina (pasta sin gluten)	Puré de champiñón (sin margarina)	Sopa de pescado (pasta sin gluten)	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de pasta sin gluten	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido sin gluten a la plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla española	Pollo asado	Sardinillas en aceite	Platija en salsa (sin harina) con chirulas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1413	74,61	51,10	159,03	1516	67,48	77,32	131,65	1316	63,39	50,60	142,32	1350	59,43	57,90	136,16	1216	70,04	42,44	133,06	1536	73,15	67,68	150,50	1528	64,22	75,07	134,86

Valoración semanal

ENERGIA	1410,66	PROTEÍNAS	67,47	19,13%	
LÍPIDOS	60,30	38,47%	HC	141,0850766	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INTOLERANCIA AL GLUTEN (CELÍACO)

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de pasta sin gluten	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduritas y gambas	Alubias pintas con verduras	Pasta sin gluten con atún	Sopa Minestrone (pasta sin gluten)	Sopa de pasta (pasta sin gluten)
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin chorizo, morcillo, tocino, morcilla)	Pescado fresco del día a la plancha	Carrillada ternera en su jugo	Salmón al horno	Pollo en pepitoria (sin harina)	Lacón cocido	Lomo fresco al horno
	Guarnición	.	tomate aliñado	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	con verduritas
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Macedonia	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa de jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos con salsa de tomate natural	Halibut a la plancha	Jamón cocido sin gluten a la plancha	Calamares encebollados	Tortilla francesa	Tilapia a la plancha
	Guarnición	con arroz hervido	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga, tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Melocotón en almíbar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1471	70,36	63,06	147,43	1414	58,57	63,78	143,82	1162	65,15	29,69	152,05	1482	59,96	52,66	179,18	1359	76,70	46,23	148,49	1571	73,84	76,55	137,75	1320	59,87	44,08	162,20

Valoración semanal

ENERGIA	1396,80	PROTEÍNAS	66,35	19,00%	
LÍPIDOS	53,72	34,61%	HC	152,9893879	43,81%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INTOLERANCIA AL GLUTEN (CELÍACO)

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Pasta sin gluten con verduras	Potaje Gallego (sin embutidos)	Sopa de pasta sin gluten	Patatas con costillas	Caldero de arroz y pescado	Lentejas con verduras
	Segundo	Tenera en salsa de cebolla (sin harina)	Pescado fresco del día a la plancha	Lomo fresco a la plancha	Huevos fritos	Muslo de pollo al chilindrón (sin harina)	Magro guisado (sin harina)	Bacalao a la vizcaína (sin harina)
	Guarnición	con patatas paja	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduras
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra imperial salteada con jamón cocido sin gluten y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de cerdo fresco	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1304	58,07	50,02	144,78	1413	63,81	69,80	145,91	1475	87,55	56,36	141,92	1555	67,03	84,48	127,31	1295	75,94	45,07	135,78	1349	73,79	51,88	142,34	1384	55,49	58,92	145,62

Valoración semanal

ENERGIA	1396,20	PROTEÍNAS	68,81	19,71%	
LÍPIDOS	59,50	38,36%	HC	140,5252114	40,26%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

INTOLERANCIA AL GLUTEN (CELÍACO)

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado (pasta sin gluten)	Arroz asturiana (sin embutidos)	Sopa de pasta sin gluten	Sopa de pasta sin gluten	Pasta sin gluten con verduras y jamón sin gluten	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso ni harina)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos en salsa verde (sin harina)	Ragout de ternera	Cocido con verduras, repollo y carne magra	Pescado fresco del día a la plancha	Lomo asado	Ternera con pasas	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz hervido	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Yogur
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa minestrone (pasta sin gluten)	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido sin gluten a la plancha	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo al oporto
	Guarnición	con patatas fritas	con patatas cocidas	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Natillas	Macedonia	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten	Pan sin gluten

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1372	65,66	54,41	144,67	1618	69,94	70,40	162,99	1260	61,56	47,41	138,33	1216	52,84	42,02	150,12	1258	65,46	45,25	140,94	1324	72,92	56,92	123,63	1755	94,38	87,76	130,40

Valoración semanal

ENERGIA	1400,59	PROTEÍNAS	68,97	19,70%	
LÍPIDOS	57,74	37,10%	HC	141,5842011	40,44%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX BASAL

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata y cerdo	Túrmix de calabaza, garbanzos, patata y cazón	Túrmix de calabacín, patata y pescado	Túrmix de judías verdes, arroz, patata y pollo	Túrmix de calabacín, patata y tilapia	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pavo	Túrmix de zanahoria, lentejas, patata y bacalao
	Postre	Cuajada	Túrmix de frutas	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de frutas

CENA	Primero	Túrmix de menestra, patata y mero	Túrmix de espinacas, pasta, patata y carne picada de ternera	Túrmix de acelgas, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de acelgas, pasta, patata y pollo	Túrmix de menestra, patata y limanda	Túrmix de judías verdes, patata, huevo y jamón
	Postre	Túrmix de fruta	Natillas	Yogur	Túrmix de fruta	Yogur	Flan	Yogur

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1336	77,22	62,29	130,76	1263	83,17	49,68	123,60	1281	82,01	50,85	126,95	1383	72,00	63,92	127,88	1361	75,41	62,49	127,90	1281	82,01	50,85	126,95	1307	80,62	54,27	126,78

Valoración semanal

ENERGIA	1315,77	PROTEÍNAS	78,92	23,99%	
LÍPIDOS	56,34	38,53%	HC	127,2587929	38,69%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX BASAL

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Túrmix de calabacín, patata y atún	Túrmix de acelgas, patata y ternera	Túrmix de calabaza, arroz, patata y pollo	Túrmix de espinacas, patata, huevo y jamón	Túrmix de menestra, alubias, patata y pollo	Túrmix de espinacas, pasta, patata y pescado	Túrmix de zanahoria, garbanzos, patata y ternera
	Postre	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur	Túrmix de fruta	Natillas	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta

CENA	Primero	Túrmix de menestra, pasta, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y cerdo	Túrmix de judías verdes, patata y fogonero	Túrmix de calabacín, pasta, patata y ternera	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y cazón	Túrmix de calabaza, patata, huevo y jamón	Túrmix de menestra, patata y abadejo
	Postre	Cuajada	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1355	78,21	61,61	135,48	1340	73,93	62,64	123,54	1328	73,11	62,68	130,85	1350	73,84	63,25	115,29	1229	79,41	51,75	129,78	1356	79,78	62,43	121,66	1243	79,89	49,28	123,54

Valoración semanal

ENERGIA	1314,43	PROTEÍNAS	76,88	23,40%	
LÍPIDOS	59,09	40,46%	HC	125,7327857	38,26%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX BASAL

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Túrmix de calabaza, pasta, patata y merluza	Túrmix de acelgas, patata y pollo	Túrmix de menestra, garbanzos, patata y pescado	Túrmix de judías verdes, patata y ternera	Túrmix de acelgas, arroz, patata y bacalao	Túrmix de zanahoria, lentejas, patata y lomo	Túrmix de calabaza, pasta, patata, huevo y jamón
	Postre	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Natillas	Túrmix de fruta	Yogur

CENA	Primero	Túrmix de menestra, patata y ternera	Túrmix de calabacín, pasta, patata y merluza	Túrmix de calabaza, patata y carne picada	Túrmix de zanahoria, pasta, patata, huevo y jamón	Túrmix de menestra, patata y pollo	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y sardinillas	Túrmix de espinacas, patata y platija
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1408	69,09	73,58	121,13	1335	81,05	51,89	129,11	1308	71,80	61,62	120,32	1245	73,62	50,33	117,36	1213	78,80	48,95	127,61	1348	80,46	61,85	120,79	1213	78,80	48,95	127,61

Valoración semanal

ENERGIA	1295,71	PROTEÍNAS	76,23	23,53%	
LÍPIDOS	56,74	39,41%	HC	123,4196714	38,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX BASAL

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Túrmix de acelgas, garbanzos patata y carne magra	Túrmix de zanahoria, patata y pescado	Túrmix de calabaza, arroz, patata y ternera	Túrmix de acelgas, alubias, patata y salmón	Túrmix de calabacín, pasta, patata y pollo	Túrmix de menestra, pasta, patata y pollo	Túrmix de espinacas, garbanzos, patata y lomo
	Postre	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta

CENA	Primero	Túrmix de menestra, patata y pollo	Túrmix de judías verdes, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabacín, pasta, patata y halibut	Túrmix de zanahoria, patata y lomo	Túrmix de judías verdes, patata y abadejo	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, patata y tilapia
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan de vainilla	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur	Yogur

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1334	76,55	62,11	121,13	1344	80,33	61,07	138,46	1219	75,90	49,08	122,14	1393	79,31	64,49	116,98	1335	76,10	62,03	122,05	1253	81,22	48,00	126,91	1287	70,24	59,65	110,79				

Valoración semanal

ENERGIA	1309,24	PROTEÍNAS	77,09	23,55%	
LÍPIDOS	58,06	39,91%	HC	122,6365	37,47%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX BASAL

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Túrmix de judías verdes, patata y ternera	Túrmix de acelgas, pasta, patata y pescado	Túrmix de zanahoria, legumbres, patata y lomo	Túrmix de acelgas, pasta, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabacín, patata y pollo	Túrmix de calabaza, arroz, patata y magro de cerdo	Túrmix de calabacín, lentejas, patata y bacalao
	Postre	Natillas de chocolate	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Natillas edulcoradas

CENA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabacín, patata y pollo	Túrmix de menestra, patata y tilapia	Túrmix de judías verdes, patata y lomo	Túrmix de menestra, patata y merluza	Túrmix de espinacas, patata y sardinillas	Túrmix de zanahoria, patata y carne picada
	Postre	Túrmix de fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1350	79,99	70,60	134,24	1290	77,63	53,73	127,31	1364	73,41	64,73	125,03	1373	78,78	64,06	124,10	1263	82,01	48,86	126,95	1341	73,95	65,82	126,51	1377	79,39	63,25	136,41

Valoración semanal

ENERGIA	1337,00	PROTEÍNAS	77,88	23,30%	
LÍPIDOS	61,58	41,45%	HC	128,6491071	38,49%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX BASAL

		LUNES 14-5-18	MARTES 15-5-18	MIÉRCOLES 16-5-18	JUEVES 17-5-18	VIERNES 18-5-18	SÁBADO 19-5-18	DOMINGO 20-5-18
COMIDA	Primero	Túrmix de judías verdes, pasta, patata, huevo y jamón	Túrmix de menestra, arroz, patata y ternera	Túrmix de calabaza, garbanzos, patata y carne magra	Túrmix de espinacas, patata y pescado	Túrmix de menestra, pasta, patata y lomo	Túrmix de calabacín, patata y ternera	Túrmix de zanahoria, alubias, patata y salmón
	Postre	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur
CENA	Primero	Túrmix de calabaza, patata y pavo	Túrmix de acelgas, patata y tilapia	Túrmix de judías verdes, patata y merluza	Túrmix de zanahoria, patata y pollo	Túrmix de calabaza, patata y limanda	Túrmix de judías verdes, patata, huevo y jamón	Túrmix de acelgas, patata y pollo
	Postre	Natillas	Túrmix de fruta	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1251	75,57	51,94	134,04	1243	79,76	46,92	128,81	1360	72,88	69,72	124,11	1231	79,88	47,84	133,72	1243	79,89	49,28	123,54	1415	75,79	68,69	126,91	1390	82,32	65,43	131,01

Valoración semanal

ENERGIA	1304,67	PROTEÍNAS	78,01	23,92%	
LÍPIDOS	57,12	39,40%	HC	128,8777857	39,51%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TÚRMIX INSUFICIENCIA RENAL GENERAL-PREDIÁLISIS

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Túrmix de zanahoria, arroz, patata y cerdo (80g)	Túrmix de calabaza, patata y pescadilla (100g)	Túrmix de calabacín, pasta, patata y pescado blanco (100g)	Túrmix de judías verdes, arroz, patata y pollo (80g)	Túrmix de calabacín, patata y tilapia (100g)	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pavo (80g)	Túrmix de zanahoria, lentejas, patata y merluza (100g)
	Postre	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)

CENA	Primero	Túrmix de menestra, patata y abadejo (100g)	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y ternera (80g)	Túrmix de calabaza, patata y lomo (80g)	Túrmix de zanahoria, patata y huevo (70g)	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y pollo (80g)	Túrmix de menestra, patata y limanda (100g)	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y huevo (70g)
	Postre	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Compota

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1256	62,58	58,55	122,91	1187	68,18	46,69	116,18	1204	67,09	47,80	119,33	1300	67,68	60,08	120,21	1279	60,89	58,74	120,22	1204	67,09	47,80	119,33	1228	65,78	51,02	119,18

Valoración semanal

ENERGIA	1236,82	PROTEÍNAS	65,61	21,22%	
LÍPIDOS	52,96	38,53%	HC	119,6232653	38,69%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TÚRMIX INSUFICIENCIA RENAL GENERAL-PREDIÁLISIS

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Túrmix de calabacín, patata y pescadilla (100g)	Túrmix de judías verdes, patata y ternera (80g)	Túrmix de calabaza, arroz, patata y pollo (80g)	Túrmix de zanahoria, patata y huevo (70g)	Túrmix de menestra, patata y pollo (80g)	Túrmix de calabacín, pasta, patata y pescado blanco (100g)	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y ternera (80g)
	Postre	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Compota	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)

CENA	Primero	Túrmix de calabaza, pasta, patata y lomo (80g)	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y cerdo (80g)	Túrmix de judías verdes, patata y fogonero (100g)	Túrmix de calabacín, pasta, patata y ternera (80g)	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y merluza (100g)	Túrmix de calabaza, patata y huevo (70g)	Túrmix de menestra, patata y abadejo (100g)
	Postre	Yogur desnatado	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Compota	Compota

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1273	63,52	57,91	127,35	1260	69,50	58,88	116,13	1248	68,73	58,92	123,00	1269	69,41	59,45	108,37	1155	64,65	48,64	121,99	1274	64,99	58,68	114,36	1169	65,10	46,32	116,13

Valoración semanal

ENERGIA	1235,57	PROTEÍNAS	66,55	21,55%	
LÍPIDOS	55,55	40,46%	HC	118,1888186	38,26%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TÚRMIX INSUFICIENCIA RENAL GENERAL-PREDIÁLISIS

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Túrmix de calabaza, pasta, patata y merluza (100g)	Túrmix de zanahoria, patata y pollo (80g)	Túrmix de menestra, patata y pescado blanco (100g)	Túrmix de judías verdes, patata y ternera (80g)	Túrmix de calabacín, arroz, patata y abadejo (100g)	Túrmix de zanahoria, lentejas, patata y lomo (80g)	Túrmix de calabaza, pasta, patata y huevo (70g)
	Postre	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Compota

CENA	Primero	Túrmix de menestra, patata y ternera (80g)	Túrmix de calabacín, pasta, patata y merluza (80g)	Túrmix de calabaza, patata y lomo (80g)	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y huevo (70g)	Túrmix de menestra, patata y pollo (80g)	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y fogueiro (100g)	Túrmix de calabacín, patata y platija (100g)
	Postre	Compota	Yogur desnatado	Compota	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1324	64,95	69,17	113,86	1255	66,19	48,78	121,36	1230	67,49	57,93	113,10	1170	69,21	47,31	110,32	1140	64,08	46,01	119,96	1267	65,63	58,14	113,54	1140	64,08	46,01	119,96

Valoración semanal

ENERGIA	1217,97	PROTEÍNAS	65,95	21,66%	
LÍPIDOS	53,34	39,41%	HC	116,0144911	38,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TÚRMIX INSUFICIENCIA RENAL GENERAL-PREDIÁLISIS

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Túrmix de calabacín, pasta, patata y carne magra (80g)	Túrmix de zanahoria, arroz, patata y pescado blanco (100g)	Túrmix de calabaza, arroz, patata y ternera (80g)	Túrmix de judías verdes, arroz, patata y merluza (100g)	Túrmix de calabacín, pasta, patata y pollo (80g)	Túrmix de menestra, pasta, patata y pollo (80g)	Túrmix de calabacín, pasta, patata y lomo (80g)
	Postre	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)

CENA	Primero	Túrmix de menestra, patata y pollo (80g)	Túrmix de judías verdes, patata y huevo (70g)	Túrmix de calabacín, patata y halibut (100g)	Túrmix de zanahoria, patata y lomo (80g)	Túrmix de judías verdes, patata y abadejo (100g)	Túrmix de zanahoria, patata y huevo (70g)	Túrmix de calabaza, patata y tilapia (100g)
	Postre	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Compota	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Compota

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1254	61,96	58,38	113,86	1263	65,51	57,41	130,15	1146	61,34	46,13	114,81	1310	64,55	60,62	109,96	1255	61,54	58,31	114,73	1178	66,35	45,12	119,30	1210	66,02	56,07	104,14

Valoración semanal

ENERGIA	1230,69	PROTEÍNAS	63,90	20,77%	
LÍPIDOS	54,58	39,91%	HC	115,27831	37,47%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TÚRMIX INSUFICIENCIA RENAL GENERAL-PREDIÁLISIS

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Túrmix de judías verdes, arroz, patata y ternera (80g)	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pescado blanco (100g)	Túrmix de zanahoria, arroz, patata y lomo (80g)	Túrmix de calabaza, pasta, patata y huevo (70g)	Túrmix de calabacín, arroz, patata y pollo (80g)	Túrmix de calabaza, arroz, patata y magro de cerdo (80g)	Túrmix de calabacín, lentejas, patata y abadejo (100g)
	Postre	Túrmix de frutas cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Compota

CENA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata y huevo (70g)	Túrmix de calabacín, patata y pollo (80g)	Túrmix de menestra, patata y tilapia (100g)	Túrmix de judías verdes, patata y lomo (80g)	Túrmix de menestra, patata y merluza (100g)	Túrmix de judías verdes, patata y fogonero (100g)	Túrmix de zanahoria, patata y pollo (80g)
	Postre	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Compota	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1269	65,19	66,37	126,19	1213	62,98	50,51	119,67	1282	69,00	60,85	117,52	1291	64,06	60,21	116,65	1188	67,09	45,93	119,33	1260	69,51	61,87	118,92	1295	64,63	59,45	128,23

Valoración semanal

ENERGIA	1256,78	PROTEÍNAS	66,07	21,03%	
LÍPIDOS	57,88	41,45%	HC	120,9301607	38,49%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

IRMIX INSUFICIENCIA RENAL GENERAL-PREDIÁL

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Túrmix de judías verdes, pasta, patata y huevo (70g)	Túrmix de menestra, arroz, patata y ternera (80g)	Túrmix de calabaza, pasta, patata y carne magra (80g)	Túrmix de calabacín, arroz, patata y pescado blanco (100g)	Túrmix de menestra, pasta, patata y lomo (80g)	Túrmix de calabacín, arroz, patata y ternera (80g)	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y abadejo (100g)
	Postre	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta cocida (manzana o pera)	Compota

CENA	Primero	Túrmix de calabaza, patata y pavo (80g)	Túrmix de zanahoria, patata y tilapia (100g)	Túrmix de judías verdes, patata y merluza (100g)	Túrmix de zanahoria, patata y pollo (80g)	Túrmix de calabaza, patata y limanda (100g)	Túrmix de judías verdes, patata y huevo (70g)	Túrmix de calabacín, patata y pollo (80g)
	Postre	Compota	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Yogur desnatado	Compota	Yogur desnatado	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)	Túrmix de fruta (no kiwi ni plátano)

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1176	61,04	48,83	126,00	1168	64,97	44,10	121,08	1278	68,51	65,53	116,66	1158	65,09	44,97	125,70	1169	65,10	46,32	116,13	1330	61,24	64,57	119,29	1306	67,38	61,51	123,15

Valoración semanal

ENERGIA	1226,39	PROTEÍNAS	64,76	21,12%	
LÍPIDOS	53,69	39,40%	HC	121,1451186	39,51%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX ASTRINGENTE

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata y cerdo	Túrmix de calabaza, patata y pescadilla	Túrmix de zanahoria, patata y pescado blanco	Túrmix de calabaza, arroz, patata y pollo	Túrmix de calabaza, patata y tilapia	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pavo	Túrmix de zanahoria, patata y merluza
	Postre	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)

CENA	Primero	Túrmix de calabaza, patata y mero	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y ternera	Túrmix de calabaza, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y pollo	Túrmix de calabaza, patata y limanda	Túrmix de calabaza, patata, huevo y jamón
	Postre	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1270	73,36	59,17	124,22	1200	79,01	47,19	117,42	1217	77,91	48,31	120,60	1313	68,40	60,72	121,49	1293	71,64	59,37	121,50	1217	77,91	48,31	120,60	1241	76,59	50,00	120,44

Valoración semanal

ENERGIA	1249,98	PROTEÍNAS	74,97	23,99%	
LÍPIDOS	53,30	38,37%	HC	120,8958532	38,69%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX ASTRINGENTE

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata y pescadilla	Túrmix de calabaza, patata y ternera	Túrmix de calabaza, arroz, patata y pollo	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, patata y pollo	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y pescado blanco	Túrmix de zanahoria, patata y ternera
	Postre	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)

CENA	Primero	Túrmix de calabaza, pasta, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y cerdo	Túrmix de zanahoria, patata y fogonero	Túrmix de calabaza, pasta, patata y ternera	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y merluza	Túrmix de calabaza, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, patata y abadejo
	Postre	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1287	74,30	58,53	128,70	1273	70,23	59,51	117,37	1262	59,00	59,55	124,30	1282	70,15	60,09	109,52	1168	75,44	49,16	123,29	1288	75,79	48,00	115,57	1181	75,89	46,81	117,37

Valoración semanal

ENERGIA	1248,71	PROTEÍNAS	71,54	22,92%	
LÍPIDOS	54,52	39,30%	HC	119,4461464	38,26%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX ASTRINGENTE

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Túrmix de calabaza, pasta, patata y merluza	Túrmix de zanahoria, patata y pollo	Túrmix de zanahoria, patata y pescado blanco	Túrmix de calabaza, patata y ternera	Túrmix de calabaza, arroz, patata y bacalao	Túrmix de zanahoria, patata y lomo	Túrmix de calabaza, pasta, patata, huevo y jamón
	Postre	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado

CENA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata y ternera	Túrmix de calabaza, pasta, patata y merluza	Túrmix de calabaza, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, pasta, patata, huevo y jamón	Túrmix de zanahoria, patata y pollo	Túrmix de calabaza, pasta, patata y fogonero	Túrmix de zanahoria, patata y platija
	Postre	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1338	65,64	56,00	115,08	1268	77,00	49,29	122,65	1243	68,21	58,54	114,31	1183	69,94	47,82	111,49	1152	74,86	46,50	121,23	1281	76,44	58,76	114,75	1152	74,86	46,50	121,23

Valoración semanal

ENERGIA	1230,93	PROTEÍNAS	72,42	23,53%	
LÍPIDOS	51,92	37,96%	HC	117,2486879	38,10%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX ASTRINGENTE

LUNES 30-4-18

MARTES 1-5-18

MIÉRCOLES 2-5-18

JUEVES 3-5-18

VIERNES 4-5-18

SÁBADO 5-5-18

DOMINGO 6-5-18

COMIDA	Primero	Túrmix de calabaza, patata y carne magra	Túrmix de zanahoria, patata y pescado blanco	Túrmix de calabaza, arroz, patata y ternera	Túrmix de calabaza, patata y merluza	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pollo	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pollo	Túrmix de zanahoria, patata y lomo
	Postre	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)

CENA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata y pollo	Túrmix de calabaza, patata, huevo y jamón	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y halibut	Túrmix de zanahoria, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, patata y abadejo	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, patata y tilapia
	Postre	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1267	72,73	59,00	115,08	1277	76,32	58,02	131,53	1158	72,10	46,62	116,03	1323	75,34	51,00	111,13	1268	72,30	58,93	115,95	1190	77,16	45,60	120,57	1223	66,72	56,67	105,25				

Valoración semanal

ENERGIA	1243,78	PROTEÍNAS	73,24	23,55%	
LÍPIDOS	53,69	38,85%	HC	116,504675	37,47%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX ASTRINGENTE

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Túrmix de calabaza, patata y ternera	Túrmix de calabaza, pasta, patata y pescado blanco	Túrmix de zanahoria, patata y lomo	Túrmix de calabaza, pasta, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, patata y pollo	Túrmix de calabaza, arroz, patata y magro de cerdo	Túrmix de calabaza, patata y abadejo
	Postre	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado

CENA	Primero	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de zanahoria, patata y pollo	Túrmix de calabaza, patata y tilapia	Túrmix de zanahoria, patata y lomo	Túrmix de zanahoria, patata y merluza	Túrmix de zanahoria, patata y fogonero	Túrmix de zanahoria, patata y pollo
	Postre	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1283	75,99	60,00	127,53	1225	73,75	51,05	120,94	1296	69,74	61,50	118,77	1304	74,85	60,86	117,90	1200	77,91	46,42	120,60	1274	70,25	62,53	120,19	1309	75,42	60,09	129,59

Valoración semanal

ENERGIA	1270,15	PROTEÍNAS	73,99	23,30%	
LÍPIDOS	57,49	40,74%	HC	122,2166518	38,49%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

TÚRMIX ASTRINGENTE

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Túrmix de zanahoria, pasta, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, arroz, patata y ternera	Túrmix de calabaza, patata y carne magra	Túrmix de calabaza, patata y pescado blanco	Túrmix de zanahoria, pasta, patata y lomo	Túrmix de calabaza, patata y ternera	Túrmix de zanahoria, patata y abadejo
	Postre	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado

CENA	Primero	Túrmix de calabaza, patata y pavo	Túrmix de zanahoria, patata y tilapia	Túrmix de zanahoria, patata y merluza	Túrmix de zanahoria, patata y pollo	Túrmix de calabaza, patata y limanda	Túrmix de zanahoria, patata, huevo y jamón	Túrmix de calabaza, patata y pollo
	Postre	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Yogur natural desnatado	Túrmix de fruta (plátano o manzana)	Túrmix de fruta (plátano o manzana)

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1189	71,79	49,35	127,34	1181	75,77	44,57	122,37	1292	69,23	56,00	117,90	1170	75,89	45,45	127,04	1181	75,89	46,81	117,37	1344	72,00	65,26	120,56	1320	78,21	62,16	124,46

Valoración semanal

ENERGIA	1239,44	PROTEÍNAS	74,11	23,92%	
LÍPIDOS	52,80	38,34%	HC	122,4338964	39,51%

REVISADO POR:

Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas riojana	Garbanzos guisados con chorizo	Guisantes salteados con cebolla	Arroz con verduras	Coliflor gratinada	Fideuá	Lentejas con verduras
	Segundo	Abadejo al horno	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Cuajada	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Yogur	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas	Sopa castellana	Crema de berenjena	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Mero en salsa verde	Hamburguesa de ternera en salsa con verduras	Lomo adobado en salsa de tomate	Tortilla paisana	Empanadillas	Limanda al ajillo	Huevos al plato
	Guarnición	con patatas dado	-	con patatas panadera	con patatas fritas	con tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta (madura)	Natillas	Yogur	Piña en su jugo	Yogur	Flan	Fruta (madura)
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1403	67,29	62,50	134,76	1431	55,03	55,20	153,26	1262	64,72	34,83	160,99	1490	65,69	59,70	162,43	1800	75,12	87,94	169,65	1207	68,49	33,81	149,58	1596	72,41	71,96	153,27

Valoración semanal

ENERGIA	1455,54	PROTEÍNAS	66,96	18,40%	
LÍPIDOS	57,99	35,86%	HC	154,8484457	42,55%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Pastel de patatas gratinado	Pisto de verduras	Paella mixta	Coliflor con patata y bechamel	Alubias pintas	Macarrones genovesa	Sopa de cocido
	Segundo	Atún con salsa de tomate	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos rellenos	Pollo a la cerveza	Pescado fresco	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con cebolla pochada	con verduritas	con verduras	con salteado de berenjena y queso	.
	Postre	Fruta (madura)	Yogur	Yogur	Melocotón en almíbar	Natillas	Fruta (madura)	Tarta de San Marcos
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

CENA	Primero	Crema de zanahoria	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros	Sopa de fideos	Sopa de cebolla	Puré de calabaza	Crema hortelana
	Segundo	Lomo en salsa	Jamón cocido plancha	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con champiñones	con tomate a la provenzal	con asadillo de pimientos	con menestra	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Cuajada	Manzana asada	Macedonia	Yogur	Fruta (madura)	Arroz con leche	Yogur
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1440	75,92	61,54	135,58	1321	58,14	43,59	165,82	1355	74,89	43,68	158,39	1591	80,11	72,88	144,40	1199	70,37	40,83	123,99	1245	59,74	35,91	161,52	1429	62,06	53,12	166,38

Valoración semanal

ENERGIA	1368,46	PROTEÍNAS	68,75	20,09%	
LÍPIDOS	50,22	33,03%	HC	150,8680871	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas	Garbanzos con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz con verduras y carne	Lentejas guisadas	Fideua
	Segundo	Estofado de pavo	Huevos al plato	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Bacalao en salsa verde con	Fogonero al ajillo	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con pimientos asados	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con berenjena al horno
	Postre	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Yogur	Natillas	Pera en su jugo	Pudding edulcorado
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

CENA	Primero	Menestra Imperial	Sopa campesina	Puré de champiñón	Sopa de pescado	Crema de verduras	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido a la plancha	Merluza al horno	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado	Estofado de pavo	Platija en salsa con chirlas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con judías verdes	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Yogur	Fruta (madura)
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1457	76,94	52,70	164,00	1563	69,59	79,74	135,77	1357	65,38	52,18	146,77	1392	61,29	59,71	140,42	1254	72,22	43,77	137,22	1584	75,44	69,80	155,20	1576	66,23	77,42	139,08

Valoración semanal

ENERGIA	1454,75	PROTEÍNAS	69,58	19,13%	
LÍPIDOS	62,19	38,47%	HC	145,4939852	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas riojana	Arroz con verduras y gambas	Alubias pintas	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Sopa de picadillo
	Segundo	Cocido Completo (morcillo,tocino,chorizo, morcilla y repollo)	Pescado fresco del día	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo en pepitoria	Lacón a la gallega	Mero en salsa
	Guarnición	.	con tomate y mozzarella	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	.
	Postre	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Yogur	Macedonia	Fruta (madura)	Tarta de Santiago
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

CENA	Primero	Pimientos rellenos	Crema de judías verdes	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo al curry	Huevos gratinados	Halibut a la plancha	Empanadillas	Abadejo cocido	Tortilla de queso	Pollo al horno
	Guarnición	con arroz pilaf	con patatas fritas	con patatas al horno	con verduras	con patata cocida	con tomate asado	con patatas cocidas
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Melocotón en almíbar	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1517	72,56	65,03	152,04	1458	60,40	65,77	148,32	1198	67,19	30,62	156,80	1528	61,84	54,30	184,78	1401	79,09	47,67	153,13	1620	76,14	78,94	142,06	1361	61,75	45,46	167,27

Valoración semanal

ENERGIA	1440,45	PROTEÍNAS	68,42	19,00%	
LÍPIDOS	55,40	34,61%	HC	157,7703063	43,81%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas	Macarrones con chorizo	Potaje Gallego	Sopa de Marisco	Lasaña	Caldero de arroz y pescado	Lentejas riojanas
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Cazón en adobo	Huevos fritos, chistorra	Muslo de pollo al chilindrón	Magro guisado	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas cocidas	con verduritas	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduritas
	Postre	Natillas de chocolate	Piña en su jugo	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

CENA	Primero	Crema de coliflor	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón cocido y patata	Puré de verduras	Crema de puerros	Espinacas con bechamel	Crema de zanahoria
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Rosada al horno	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta (madura)	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Fruta (madura)	Fruta (madura)
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1344	59,89	51,59	149,31	1457	65,81	71,98	150,47	1521	90,28	58,12	146,36	1603	69,13	87,12	131,29	1336	78,31	46,48	140,02	1391	76,10	53,50	146,79	1427	57,23	60,76	150,17

Valoración semanal

ENERGIA	1439,83	PROTEÍNAS	70,96	19,71%	
LÍPIDOS	61,36	38,36%	HC	144,9166243	40,26%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado	Arroz asturiana	Sopa de cocido	Pimientos rellenos	Macarrones gratinados	Berenjenas rellenas	Fabada
	Segundo	Huevos en salsa verde	Ragout de ternera	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)	Pescado fresco del día	Lomo asado	Caella al horno	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz pilaf	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Fruta (madura)	Yogur	Tarta de chocolate
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

CENA	Primero	Crema de calabacín	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio	Crema de calabaza	Sopa minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Hojaldre de atún y pisto	Merluza al horno	Sándwich mixto	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo al oporto
	Guarnición	con patatas fritas	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con verduras tricolor	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Natillas	Macedonia	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Fruta (madura)	Fruta (madura)
	Pan	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde	Pan de molde

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1415	67,71	56,11	149,19	1668	72,13	72,60	168,09	1300	63,48	48,89	142,66	1254	54,49	43,33	154,82	1298	67,51	46,67	145,35	1366	75,20	58,70	127,49	1810	97,33	90,50	134,48

Valoración semanal

ENERGIA	1444,36	PROTEÍNAS	71,12	19,70%	
LÍPIDOS	59,54	37,10%	HC	146,0087074	40,44%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TEXTURIZADA (normal, diabética, baja en grasas)

		LUNES 9-4-18	MARTES 10-4-18	MIÉRCOLES 11-4-18	JUEVES 12-4-18	VIERNES 13-4-18	SÁBADO 14-4-18	DOMINGO 15-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras M	Garbanzos guisados con verduras M	Guisantes salteados con jamón M	Arroz con verduras M	Coliflor al vapor M	Fideos con verduras y pescado blanco M	Lentejas con verduras M
	Segundo	Paleta de cerdo asado en su jugo M	Pescadilla a la plancha M	Pescado fresco del día M	Pollo asado (sin piel) en su jugo M	Lacón cocido M	Taquitos de pavo en su jugo M	Bacalao cocido M
	Guarnición	con zanahoria baby M	con verduras M	con arroz salteado M	con cebolla pochada M	con patata cocida M	con verduras M	con pimientos asados
	Postre	Cuajada/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

CENA	Primero	Crema de menestra	Crema de ave	Crema de marisco	Crema de acelgas (sin margarina)	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de berenjena (sin margarina)	Crema de judías verdes
	Segundo	Mero en su jugo M	Filete de ternera cocida M	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural M	Tortilla francesa	Lomo asado M	Limanda al ajillo M	Huevos cocidos M
	Guarnición	con patatas cocidas M	.	con lechuga, zanahoria y soja M	con patatas cocidas M	tomate al horno M	con patatas cocidas M	con patata asada M
	Postre	Túrmix de fruta	Natillas/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Flan/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1192	65,06	43,02	132,15	1253	54,14	38,02	146,68	1187	69,35	31,89	131,27	1403	64,48	60,55	135,20	1499	84,66	73,55	118,13	1176	71,70	34,03	130,65	1277	68,13	42,50	144,30

Valoración semanal

ENERGIA	1283,82	PROTEÍNAS	68,22	21,25%	
LÍPIDOS	46,22	32,40%	HC	134,0552304	41,77%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TEXTURIZADA (normal, diabética, baja en grasas)

		LUNES 16-4-18	MARTES 17-4-18	MIÉRCOLES 18-4-18	JUEVES 19-4-18	VIERNES 20-4-18	SÁBADO 21-4-18	DOMINGO 22-4-18
COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras M	Crema de pisto de verduras	Paella de verduritas y pescado blanco M	Crema de coliflor	Alubias pintas con verduras M	Macarrones con verduras y york M	Sopa de cocido M
	Segundo	Pescadilla a la plancha M	Carrillada ternera en su jugo M	Pollo asado (sin piel) M	Huevos cocidos M	Pollo en su jugo (sin piel) M	Pescado blanco fresco M	Cocido con verduras, repollo y carne magra M
	Guarnición	con calabacín salteado M	con patatas panadera M	con ensalada M	con verduritas M	con ensalada M	con berenjena plancha M	.
	Postre	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Natillas/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta M	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos M	Sopa de cebolla (sin embutidos) M	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo al horno M	Jamón cocido a la plancha M	Fogonero al horno M	Ragout en su jugo M	Merluza cocida M	Tortilla francesa de jamón york M	Abadejo al horno M
	Guarnición	con champiñones M	con tomate aliñado M	con asadillo de pimientos M	con alcachofas M	con tomate al orégano M	con guisante con zanahoria M	con patatas cocidas M
	Postre	Cuajada/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1241	68,27	50,94	125,36	1144	63,24	36,91	138,05	1287	73,23	42,27	146,37	1338	66,22	50,59	140,55	1166	72,75	38,23	112,68	1257	64,37	38,36	153,56	1329	62,62	46,49	154,38

Valoración semanal

ENERGIA	1251,80	PROTEÍNAS	67,24	21,49%	
LÍPIDOS	43,40	31,20%	HC	138,7090592	44,32%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TEXTURIZADA (normal, diabética, baja en grasas)

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones marinera M	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso) M	Garbanzos con verduras M	Crema de judías verdes	Arroz con verduras y carne magra M	Lentejas guisadas con verduras M	Fideos con verduritas y pescado blanco M
	Segundo	Pavo cocido M	Pechuga de pollo plancha M	Pescado blanco fresco plancha M	Ternera cocida M	Bacalao cocido M	Lomo a la plancha M	Huevos cocidos M
	Guarnición	con verduritas salteadas M	con patatas cocidas M	con ensalada M	con patatas cocidas M	guisantes salteados M	con tomate al horno M	con ensalada M
	Postre	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Natillas/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado
	Pan

CENA	Primero	Crema de menestra	Sopa campesina M	Puré de champiñón (sin margarina)	Sopa de pescado blanco M	Crema de verduras	Sopa de letras M	Espinacas cocidas con zanahoria M
	Segundo	Jamón cocido plancha M	Merluza al horno M	Filete de lomo cocido M	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel) M	Fogonero al horno M	Platija a la plancha M
	Guarnición	con patatas cocidas M	con pisto M	con salteado de calabacín y cebolla M	con tomates rodaja M	con pimiento verde asado M	con ensalada M	con patata al vapor M
	Postre	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Flan/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1281	75,06	40,69	150,87	1340	63,21	62,67	119,43	1306	65,19	50,95	136,82	1363	61,83	61,26	128,95	1200	73,50	41,89	136,10	1311	77,12	47,33	135,27	1498	65,52	72,80	130,00

Valoración semanal

ENERGIA	1328,38	PROTEÍNAS	68,78	20,71%	
LÍPIDOS	53,94	36,55%	HC	133,9205485	40,33%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TEXTURIZADA (normal, diabética, baja en grasas)

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido M	Patatas guisadas con verduras M	Arroz con verduras y gambas M	Alubias pintas con verduras M	Coditos con atún M	Sopa Minestrone M	Sopa de picadillo M
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin tocino ni chorizo) M	Pescado blanco fresco plancha M	Carrillada ternera en su jugo M	Salmón al horno M	Pollo asado (sin piel) M	Lacón cocido M	Lomo al horno M
	Guarnición	.	tomate y queso fresco desnat M	con champiñones M	con berenjena al horno M	con cebolla pochada M	con patatas cocidas M	con verduras M
	Postre	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera M	Crema de patata y zanahoria	Crema de judías verdes	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha M	Huevos cocidos M	Halibut a la plancha M	Jamón cocido a la plancha M	Abadejo cocido M	Tortilla francesa	Tilapia al limón M
	Guarnición	con arroz hervido M	con patatas cocidas M	con patatas al horno M	con lechuga tomate y remolacha M	con patata cocida M	ensalada M	con lechuga y pimienta M
	Postre	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Natillas de chocolate/Yogur desnatado edulcorado/Yogur	Flan de vainilla/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1448	71,76	66,56	135,20	1135	52,26	42,06	118,12	1112	66,10	29,76	138,92	1165	59,75	41,94	128,69	1374	79,92	48,28	144,20	1429	66,80	67,14	134,64	1128	56,05	34,18	139,83

Valoración semanal

ENERGIA	1255,83	PROTEÍNAS	64,66	20,60%	
LÍPIDOS	47,13	33,78%	HC	134,2281542	42,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TEXTURIZADA (normal, diabética, baja en grasas)

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Crema de judías verdes	Macarrones con verduras y york M	Potaje Gallego (sin embutidos) M	Sopa de pasta M	Patatas guisadas con verduras M	Arroz con verduras M	Lentejas con verduras M
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla M	Pescado blanco fresco plancha M	Lomo a la plancha M	Huevos cocidos M	Muslo de pollo cocido (sin piel) M	Magro al horno M	Bacalao cocido M
	Guarnición	con patatas cocidas M	con ensalada M	con berenjena al horno M	con puré de patatas natural	con pimientos M	con tomate aliñado M	con verduras M
	Postre	Natillas de chocolate/Yogur desnatado edulcorado/Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Natillas edulcoradas
	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate M	Menestra imperial salteada con jamón cocido y patata M	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas cocidas con zanahoria M	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel) M	Tilapia a la plancha M	Lomo de sajonia M	Merluza en su jugo M	Fogonero al horno M	Filete de pollo plancha M
	Guarnición	con lechuga y soja M	con patata al vapor M	con champiñones M	con cama de calabacín M	con brécol al ajillo M	con patatas cocidas M	con cebolla pochada M
	Postre	Túrmix de fruta	Cuajada/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1293	62,14	51,33	134,73	1301	65,89	54,87	140,03	1437	82,16	52,00	131,04	1249	59,56	51,71	125,77	1306	79,20	46,85	130,66	1319	75,87	48,47	130,75	1279	57,40	47,41	142,69

Valoración semanal

ENERGIA	1312,05	PROTEÍNAS	68,89	21,00%	
LÍPIDOS	50,38	34,56%	HC	133,6654423	40,75%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

*TEXTURIZADA (normal, diabética, baja en grasas)

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco M	Arroz con verduritas y magro M	Sopa de cocido M	Sopa de tomate M	Macarrones con verduritas y york M	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso) M	Alubias con verduras M
	Segundo	Huevos cocidos M	Ragout de ternera en su jugo M	Cocido con verduras, repollo y carne magra M	Pescado blanco fresco plancha M	Lomo asado en su jugo M	Ternera en su jugo M	Abadejo cocido M
	Guarnición	guisantes M	con verduras M	.	con arroz hervido M	con pisto M	con patatas cocidas M	con calabacín salteado M
	Postre	Túrmix de fruta	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado
	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Crema de acelgas	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone M	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo M	Tilapia a la plancha M	Merluza al horno M	Jamón cocido a la plancha M	Limanda al horno M	Tortilla francesa	Pollo (sin piel) en su jugo M
	Guarnición	con patatas cocidas M	con patatas cocidas M	con espárragos y remolacha M	con lechuga, tomate y zanahoria M	verduras asadas M	con tomate rodaja M	con pimientos horno M
	Postre	Natillas/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Flan de vainilla/Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Yogur /Yogur desnatado edulcorado/Yogur desnatado	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1318	70,76	49,84	135,51	1489	65,16	66,83	144,36	1263	63,21	49,05	133,35	1247	56,81	45,20	146,62	1226	69,20	43,29	133,31	1256	57,97	63,89	116,33	1477	88,40	62,40	124,80

Valoración semanal

ENERGIA	1325,09	PROTEÍNAS	67,36	20,33%	
LÍPIDOS	54,36	36,92%	HC	133,4691377	40,29%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

RICA EN FIBRA

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con chorizo	Guisantes con bacon	Judías blancas con verduras	Coliflor gratinada	Fideuá	Lentejas con chorizo y panceta
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Cazón en adobo	Pescado fresco del día	Pollo asado a la naranja	Lacón a la gallega	Taquitos de pavo en salsa	Bacalao a la bilbaína
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduritas	Lechuga y tomate	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con jamón york	Sopa de verduras con pasta	Crema de marisco	Crema de acelgas	Crema de calabacín	Crema de berenjena	Judías verdes salteadas con jamón
	Segundo	Mero en salsa verde	Hamburguesa de ternera en salsa con verduras	Lomo adobado en salsa de tomate	Tortilla paisana	Empanadillas	Limanda al ajillo	Huevos al plato
	Guarnición	con patatas dado	-	con patatas panadera	ensalada variada	con tomate al horno	con patatas dado	con patata asada
	Postre	Fruta	Fruta	Compota	Piña en su jugo	Fruta	Macedonia	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1389	66,62	61,88	133,41	1416	54,48	54,65	151,73	1250	64,07	34,48	159,38	1475	65,04	59,11	160,81	1782	74,37	87,06	167,95	1195	67,81	33,47	148,08	1580	71,68	71,24	151,74

Valoración semanal

ENERGIA	1440,99	PROTEÍNAS	66,29	18,40%	
LÍPIDOS	57,41	35,86%	HC	153,2999613	42,55%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

RICA EN FIBRA

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Lentejas con verduras	Coliflor con patata y bechamel	Alubias pintas	Macarrones genovesa	Sopa de cocido
	Segundo	Atún con salsa de tomate	Carrillada de ternera	Pollo asado	Huevos rellenos	Pollo a la cerveza	Pescado fresco	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con salteado de berenjena y queso	.
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Melocotón en almíbar	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Parrillada de verduras al horno	Menestra de verduras con jamón	Crema de puerros	Crema de tomate	Sopa de cebolla	Puré de calabaza	Crema hortelana
	Segundo	Lomo en salsa	Flamenquines	Fogonero al horno	Ragout guisado	Cazón en salsa	Tortilla francesa de jamón york	Abadejo en salsa
	Guarnición	con champiñones	con tomate a la provenzal	con asadillo de pimientos	con alcachofas	con tomate al orégano	con guisante con zanahoria	con patata risolada
	Postre	Fruta	Manzana asada	Macedonia	Fruta	Fruta	Fruta	Compota
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1426	75,16	60,92	134,21	1308	57,56	43,15	164,14	1341	74,13	43,24	156,79	1574	79,30	72,14	142,95	1187	69,66	40,42	122,73	1232	59,14	35,55	159,89	1414	61,43	52,58	164,70

Valoración semanal

ENERGIA	1354,64	PROTEÍNAS	68,05	20,09%	
LÍPIDOS	49,71	33,03%	HC	149,344167	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

RICA EN FIBRA

LUNES 23-4-18

MARTES 24-4-18

MIÉRCOLES 25-4-18

JUEVES 26-4-18

VIERNES 27-4-18

SÁBADO 28-4-18

DOMINGO 29-4-18

COMIDA	Primero	Macarrones marinera	Berenjenas rellenas	Garbanzos con verduras	Judías verdes con jamón	Macarrones con tomate y atún	Lentejas guisadas	Fideos con verduritas
	Segundo	Estofado de pavo	Cordero	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Bacalao en salsa verde con	Lomo empanado	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas dado	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Manzana asada	Compota	Pera en su jugo	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Menestra Imperial	Sopa campesina	Puré de champiñón	Crema de calabacín	Crema de verduras	Crema de acelgas	Espinacas al ajillo
	Segundo	San Jacobo casero	Merluza al horno	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado	Sardinillas en aceite	Platija en salsa con chirlas
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1442	76,16	52,17	162,35	1548	68,89	78,93	134,40	1343	64,72	51,66	145,29	1378	60,67	59,11	139,00	1241	71,49	43,33	135,83	1568	74,68	69,09	153,64	1560	65,56	76,63	137,67

Valoración semanal

ENERGIA	1440,05	PROTEÍNAS	68,88	19,13%	
LÍPIDOS	61,56	38,47%	HC	144,024349	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

RICA EN FIBRA

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Brócoli con patata al vapor	Judías blancas guisadas	Espirales napolitana	Alubias pintas	Coditos con atún	Sopa Minestrone	Acelgas rehogadas
	Segundo	Cocido Completo (morcillo,tocino,chorizo, morcilla y repollo)	Pescado fresco del día	Carrillada de ternera	Salmón al horno	Pollo en pepitoria	Lacón a la gallega	Callos con garbanzos (callos de ternera, garbanzos, chorizo, jamón , pimiento, cebolla, tomate, ajo, pimentón)
	Guarnición	.	con tomate y mozzarella	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas	.
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Macedonia	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Pimientos rellenos	Crema de judías verdes	Sopa jardinera	Espinacas rehogadas con patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo al curry	Huevos gratinados	Halibut a la plancha	Empanadillas	Calamares encebollados	Tortilla de queso	Tilapia al limón
	Guarnición	con ensalada	con patatas fritas	con patatas al horno	con lechuga, tomate y remolacha	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Melocotón en almíbar	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1501	71,82	64,38	150,51	1443	59,79	65,11	146,82	1186	66,51	30,31	155,22	1513	61,21	53,75	182,91	1387	78,29	47,19	151,58	1603	75,37	78,14	140,62	1348	61,12	45,00	165,58

Valoración semanal

ENERGIA	1425,90	PROTEÍNAS	67,73	19,00%	
LÍPIDOS	54,84	34,61%	HC	156,1766668	43,81%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

RICA EN FIBRA

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas	Macarrones con chorizo	Potaje Gallego	Crema de champiñones	Patatas con costillas	Sopa castellana	Lentejas riojanas
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Codillo en salsa de pimienta	Huevos fritos, chistorra	Muslo de pollo al chilindrón	Magro guisado	Bacalao a la vizcaína
	Guarnición	con patatas paja	con ensalada	con berenjena al horno	y patatas fritas	con pimientos	con tomate aliñado	con verduras
	Postre	Fruta	Piña en su jugo	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor	Sopa de tomate	Menestra Imperial salteada con jamón y patata	Puré de verduras	Crema de puerros	Espinacas con bechamel	Panaché de verduras con patata
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado	Tilapia a la plancha	Lomo de sajonia	Merluza en su jugo	Sardinillas en aceite	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con lechuga y soja	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1331	59,28	51,06	147,80	1442	65,14	71,25	148,95	1505	89,37	57,53	144,88	1587	68,43	86,24	129,96	1322	77,52	46,01	138,61	1377	75,33	52,96	145,31	1412	56,65	60,14	148,66

Valoración semanal

ENERGIA	1425,29	PROTEÍNAS	70,25	19,71%	
LÍPIDOS	60,74	38,36%	HC	143,45282	40,26%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

RICA EN FIBRA

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado	Macarrones a la florentina	Sopa de cocido	Pimientos rellenos	Lentejas con verduras	Berenjenas rellenas	Fabada
	Segundo	Huevos en salsa verde	Ragout de ternera	Cocido completo (morcillo, tocino, chorizo, morcilla, repollo)	Pescado fresco del día	Lomo asado	Ternera con pasas	Salmón en salsa de marisco
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con patatas	con pisto	con patatas dado	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio	Crema de calabaza	Sopa minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Hojaldre de atún y pisto	Calamares a la romana	Sándwich mixto	Limanda al horno	Revuelto de ajetes y gambas	Pollo al oporto
	Guarnición	con lechuga y zanahoria	con lechuga y soja	con espárragos y remolacha	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos fritos
	Postre	Compota	Macedonia	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1400	67,03	55,55	147,68	1652	71,40	71,86	166,39	1287	62,84	48,40	141,21	1241	53,94	42,90	153,25	1285	66,83	46,20	143,88	1352	74,44	58,11	126,21	1792	96,34	89,59	133,12

Valoración semanal

ENERGIA	1429,77	PROTEÍNAS	70,40	19,70%	
LÍPIDOS	58,94	37,10%	HC	144,533872	40,44%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICA Estricta E HIPOSÓDICA Estricta

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Garbanzos guisados con verdura	Guisantes salteados con cebolla	Arroz con verduras	Coliflor al vapor	Fideos con verduras y pescado blanco	Lentejas con verduras
	Segundo	Paleta de cerdo asado	Pescadilla a la plancha	Pescado fresco del día	Pollo asado (sin piel) a la naranja	Tilapia cocida	Taquitos de pavo en salsa	Merluza a la plancha
	Guarnición	con zanahoria baby	con verduras	con arroz salteado	con cebolla pochada	con patata cocida y aceite de oliva	con verduras	con pimientos asados
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras salteada con cebolla	Sopa de verduras con pasta	Sopa de estremitas	Crema de acelgas (sin margarina)	Sopa de fideos	Crema de berenjena (sin margarina)	Judías verdes salteadas con cebolla
	Segundo	Mero en salsa verde	Filete de ternera cocida	Lomo fresco plancha con salsa de tomate natural	Tortilla francesa	Pechuga de pollo plancha	Limanda al ajillo	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con patatas panadera	ensalada variada	tomate al horno	con patatas cocidas	con patata asada
	Postre	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Piña en su jugo	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1300	69,16	46,84	141,59	1332	57,56	40,41	155,93	1306	73,72	35,00	161,65	1557	69,69	64,36	164,12	1593	89,99	78,19	125,58	1272	76,22	37,28	149,94	1357	72,42	45,18	153,40

Valoración semanal

ENERGIA	1388,39	PROTEÍNAS	72,68	20,94%	
LÍPIDOS	49,61	32,16%	HC	150,3149201	43,31%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICA Estricta E HIPOSÓDICA Estricta

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Patatas guisadas con verduras	Pisto de verduras	Paella de verduritas y pescado blanco	Coliflor con patata al ajillo	Alubias pintas con verduras	Macarrones con verduritas	Sopa de cocido
	Segundo	Pescadilla a la plancha	Carrillada ternera en su jugo	Pollo asado (sin piel)	Huevos cocidos	Pollo (sin piel) a la cerveza	Pescado fresco	Cocido con verduras, repollo y carne magra
	Guarnición	con calabacín salteado	con patatas panadera	con ensalada	con verduritas	con ensalada	con berenjena plancha	.
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Melocotón en su jugo	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de zanahoria (sin margarina)	Sopa de ave con pasta	Crema de puerros (sin margarina)	Sopa de fideos	Sopa de cebolla (sin embutidos)	Puré de calabaza	Crema hortelana (sin margarina)
	Segundo	Lomo en salsa	Jamón cocido s/sal plancha	Fogonero al horno	Ragout guisado	Merluza cocida	Tortilla francesa de jamón york sin sal	Abadejo en salsa
	Guarnición	con champiñones	con tomate aliñado	con asadillo de pimientos naturales (no conserva)	con menestra	con tomate al orégano	con zanahoria cocida	con patatas cocidas
	Postre	Fruta	Manzana asada	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1458	80,20	58,56	139,43	1216	67,22	39,23	146,75	1369	77,85	44,93	155,60	1452	74,08	56,00	152,46	1265	80,04	43,73	122,23	1336	68,43	40,78	163,24	1412	66,57	49,42	164,11

Valoración semanal

ENERGIA	1358,18	PROTEÍNAS	73,48	21,64%	
LÍPIDOS	47,52	31,49%	HC	149,1181199	43,92%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICA ESTRICTA E HIPOSÓDICA ESTRICTA

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Macarrones con verduritas y pescado blanco	Berenjenas rellenas de verduritas (sin queso)	Garbanzos con verduras	Judías verdes salteadas con cebolla	Arroz con verduras y carne magra	Lentejas guisadas con verduras	Fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Estofado de pavo	Pechuga de pollo plancha	Pescado fresco del día	Ternera guisada	Abadejo cocido	Lomo a la plancha	Huevos cocidos
	Guarnición	con verduritas salteadas	con patatas cocidas	con ensalada	con patatas cocidas	guisantes salteados	con tomate al horno	con ensalada
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Menestra de verduras	Sopa campesina	Sopa de fideos	Sopa de pescado blanco	Crema de verduras (sin margarina)	Sopa de letras	Espinacas al ajillo
	Segundo	Jamón cocido s/sal plancha	Merluza al horno	Filete de lomo cocido	Tortilla francesa	Pollo asado	Fogonero al horno	Platija a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con pisto	con salteado de calabacín y cebolla	con tomates aliñados	con pimiento verde asado	con ensalada	con patata al vapor
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1362	79,79	43,26	160,38	1528	71,15	80,73	133,40	1388	69,30	54,16	145,44	1449	65,72	65,13	137,07	1276	78,14	44,53	144,68	1393	81,98	50,31	143,80	1718	72,14	90,78	147,65

Valoración semanal

ENERGIA	1444,89	PROTEÍNAS	74,03	20,49%	
LÍPIDOS	61,27	38,16%	HC	144,6327594	40,04%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICA Estricta E HIPOSÓDICA Estricta

		LUNES 30-4-18	MARTES 1-5-18	MIÉRCOLES 2-5-18	JUEVES 3-5-18	VIERNES 4-5-18	SÁBADO 5-5-18	DOMINGO 6-5-18
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduritas	Alubias pintas con verduras	Coditos con tomate	Sopa Minestrone	Sopa de fideos
	Segundo	Cocido con verduras, repollo y carne magra (sin tocino ni chorizo)	Pescado fresco del día	Carrillada ternera en su jugo	Salmón al horno	Pollo asado	Lacón cocido	Lomo al horno
	Guarnición	.	c/tomate y queso fresco s/sal	con champiñones	con berenjena al horno	con cebolla pochada	con patatas cocidas	con verduritas
	Postre	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de champiñones (sin margarina)	Crema de judías verdes (sin margarina)	Sopa jardinera	Crema de patata y zanahoria	Judías verdes al ajillo	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo a la plancha	Huevos cocidos	Halibut a la plancha	Jamón cocido s/sal plancha	Calamares encebollados	Tortilla francesa	Tilapia al limón
	Guarnición	con arroz hervido	con zanahoria cocida	con patatas al horno	con lechuga y tomate	con patata cocida	ensalada	con lechuga y pimiento
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1641	81,24	73,09	155,76	1220	56,66	45,82	136,63	1182	70,27	31,63	147,68	1238	63,51	44,58	136,80	1461	84,96	51,33	153,28	1519	71,01	71,37	143,13	1200	59,58	36,33	148,65

Valoración semanal

ENERGIA	1351,58	PROTEÍNAS	69,61	20,60%	
LÍPIDOS	50,59	33,69%	HC	145,9874803	43,20%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICA ESTRICTA E HIPOSÓDICA ESTRICTA

LUNES 7-5-18

MARTES 8-5-18

MIÉRCOLES 9-5-18

JUEVES 10-5-18

VIERNES 11-5-18

SÁBADO 12-5-18

DOMINGO 13-5-18

COMIDA	Primero	Judías verdes salteadas con cebolla	Macarrones con verduras	Arroz con verduras	Sopa de pasta	Patatas guisadas con verduras	Arroz con verduras	Lentejas con verduras
	Segundo	Ternera en salsa de cebolla	Pescado fresco del día	Lomo a la plancha	Huevos cocidos	Muslo de pollo (sin piel) al chilindrón	Magro guisado	Abadejo a la plancha
	Guarnición	con patatas cocidas	con ensalada	con berenjena al horno	con puré de patatas natural	con pimientos natural	con tomate aliñado	con verduras
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Natillas edulcoradas
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de coliflor (sin margarina)	Sopa de tomate	Menestra imperial salteada con jamón cocido bajo en sal y patata	Puré de verduras (sin margarina)	Crema de puerros (sin margarina)	Espinacas con zanahoria	Crema de zanahoria (sin margarina)
	Segundo	Tortilla francesa	Pollo asado (sin piel)	Tilapia a la plancha	Lomo de cerdo fresco	Merluza en su jugo	Fogonero al horno	Filete de pollo plancha
	Guarnición	con zanahoria vapor	con patata al vapor	con calabaza salteada	con cama de calabacín	con brécol al ajillo	con patatas cocidas	con cebolla pochada
	Postre	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1330	63,93	52,81	138,60	1338	67,79	56,44	144,05	1489	85,98	56,09	147,65	1295	65,55	57,47	134,74	1343	81,48	48,20	134,41	1357	78,05	49,86	134,50	1316	59,05	48,77	146,79

Valoración semanal

ENERGIA	1352,75	PROTEÍNAS	71,69	21,20%	
LÍPIDOS	52,81	35,13%	HC	140,1059799	41,43%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

DIABÉTICA Estricta E HIPOSÓDICA Estricta

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Sopa de pescado blanco	Arroz con verduras y magro	Sopa de cocido	Sopa de tomate	Macarrones c/verduras y jamón york sin sal	Berenjenas rellenas de verduras (sin queso)	Alubias con verduras
	Segundo	Huevos cocidos	Ragout de ternera	Cocido con verduras, repollo y carne magra	Pescado fresco del día	Lomo asado	Ternera en su jugo	Abadejo cocido
	Guarnición	guisantes	con verduras	.	con arroz hervido	con pisto	con patatas cocidas	con calabacín salteado
	Postre	Manzana asada	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

CENA	Primero	Crema de calabacín (sin margarina)	Acelgas salteadas al ajillo	Judías verdes con patata y tomate	Crema de apio (sin margarina)	Crema de calabaza	Sopa Minestrone	Crema de hortalizas
	Segundo	Estofado de pavo	Tilapia a la plancha	Merluza al horno	Jamón cocido s/sal plancha	Limanda al horno	Tortilla francesa	Pollo (sin piel) al oporto
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con cebolla pochada	con lechuga, tomate y zanahoria	verduras asadas	con tomate rodaja	con pimientos horno
	Postre	Yogur desnatado edulcorado	Macedonia natural	Yogur desnatado edulcorado	Yogur desnatado edulcorado	Fruta	Fruta	Fruta
	Pan	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal	Pan sin sal

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1367	74,12	51,87	139,63	1583	69,27	71,05	153,46	1342	67,19	52,14	141,75	1325	60,39	48,05	155,86	1304	73,56	46,02	141,72	1335	61,62	67,92	123,67	1668	103,16	70,10	136,82

Valoración semanal

ENERGIA	1417,95	PROTEÍNAS	72,76	20,52%	
LÍPIDOS	58,16	36,92%	HC	141,8431845	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

1ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN DE DISFAGIA

LUNES 9-4-18

MARTES 10-4-18

MIÉRCOLES 11-4-18

JUEVES 12-4-18

VIERNES 13-4-18

SÁBADO 14-4-18

DOMINGO 15-4-18

COMIDA	Primero	Crema de patata	Crema de garbanzos guisados	Crema de guisantes	Crema de arroz (muy cocido y triturado)	Coliflor al vapor	Crema de fideos con verduras	Crema de lentejas con verduras
	Segundo	Abadejo al horno (SIN PIEL)	Pescadilla a la plancha (SIN PIEL)	Pescado del día (SIN ESPINAS)	Merluza a la sidra (SIN PIEL)	Tilapia en salsa marinera (SIN ESPINAS)	Taquitos de pavo en salsa (pavo picado)	Bacalao a la bilbaína (SIN ESPINAS)
	Guarnición	con zanahoria baby (sin piel)	con calabacín a la plancha (sin piel)	con patatas cocidas	con berenjena a la plancha (sin piel)	con patata cocida y aceite de oliva	con calabaza hervida (sin piel)	con champiñones
	Postre	Cuajada	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

CENA	Primero	Crema de menestra	Crema de ave	Crema de marisco	Crema de acelgas	Crema de calabacín	Crema de berenjena	Crema de judías verdes
	Segundo	Mero en salsa verde (SIN PIEL)	Hamburguesa de ternera en salsa	Jamón york a la plancha	Ftes pavo en salsa (pavo picado)	Jamón york a la plancha	Limanda al ajillo (SIN ESPINAS)	Huevos cocidos
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con zanahoria hervida (sin piel)	con patatas cocidas	con zanahoria cocida (sin piel)	con patatas cocidas	con patata asada
	Postre	Túrmix de fruta	Natillas	Yogur	Túrmix de fruta	Yogur	Flan	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1375	65,94	61,25	132,07	1402	53,93	54,10	150,19	1237	63,42	34,13	157,77	1460	64,38	58,51	159,19	1764	73,62	86,18	166,26	1183	67,12	33,13	146,58	1564	70,96	70,53	150,21

Valoración semanal

ENERGIA	1426,43	PROTEÍNAS	65,62	18,40%	
LÍPIDOS	56,83	35,86%	HC	151,7514768	42,55%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

2ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN DE DISFAGIA

LUNES 16-4-18

MARTES 17-4-18

MIÉRCOLES 18-4-18

JUEVES 19-4-18

VIERNES 20-4-18

SÁBADO 21-4-18

DOMINGO 22-4-18

COMIDA	Primero	Crema de patata	Crema de pisto de verduras	Crema de arroz (muy cocido y triturado)	Coliflor con patata al ajillo	Crema de alubias pintas	Macarrones con salsa de tomate	Crema de ave reina
	Segundo	Atún con salsa de tomate (SIN ESPINAS)	Tortilla francesa	Pollo asado (sin huesecitos y pollo picado)	Huevos cocidos	Pollo a la cerveza (sin huesecillos y pollo picado)	Pescado del día (SIN ESPINAS)	Hamburguesa a la plancha
	Guarnición	con calabacín salteado (sin piel)	con patatas cocidas	con calabaza hervida (sin piel)	con zanahoria hervida (sin piel)	con champiñones	con salteado de berenjena (sin piel)	con calabacín a la plancha (sin piel)
	Postre	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur	Túrmix de fruta	Natillas	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

CENA	Primero	Crema de zanahoria	Crema de menestra	Crema de puerros	Crema de tomate	Crema de judías verdes	Puré de calabaza	Crema hortelana
	Segundo	Hamburguesa en salsa	Jamón cocido plancha	Fogonero al horno (SIN ESPINAS)	Albóndigas en salsa	Merluza en salsa (SIN ESPINAS)	Tortilla francesa	Abadejo en salsa (SIN ESPINAS)
	Guarnición	con champiñones	con berenjena a la plancha (sin piel)	con patatas cocidas	con calabaza hervida (sin piel)	con patatas cocidas	con zanahoria (sin piel)	con patatas cocidas
	Postre	Cuajada	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1412	74,41	60,31	132,87	1295	56,98	42,72	162,50	1328	73,39	42,80	155,22	1559	78,50	71,42	141,52	1175	68,96	40,02	121,51	1220	58,55	35,19	158,29	1400	60,82	52,06	163,05

Valoración semanal

ENERGIA	1341,09	PROTEÍNAS	67,37	20,09%	
LÍPIDOS	49,22	33,03%	HC	147,8507253	44,10%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



3ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN DE DISFAGIA

		LUNES 23-4-18	MARTES 24-4-18	MIÉRCOLES 25-4-18	JUEVES 26-4-18	VIERNES 27-4-18	SÁBADO 28-4-18	DOMINGO 29-4-18
COMIDA	Primero	Patatas con coliflor	Crema de berenjenas	Crema de garbanzos con verduras	Crema de judías verdes	Crema de arroz (muy cocido y triturado)	Crema de lentejas guisadas	Crema de fideos con verduritas y pescado blanco
	Segundo	Pavo cocido (pavo picado)	Huevos cocidos	Pescado del día (SIN ESPINAS)	Perca en salsa (SIN ESPINAS)	Bacalao en salsa verde (SIN ESPINAS)	Fogonero al ajillo (SIN ESPINAS)	Huevos fritos
	Guarnición	con calabaza hervida (sin piel)	con patatas cocidas	con zanahoria cocida (sin piel)	con patatas cocidas	calabaza hervida (sin piel)	con zanahoria cocida (sin piel)	con berenjena al horno (sin piel)
	Postre	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Natillas	Túrmix de fruta	Yogur
	Pan

CENA	Primero	Crema de menestra	Crema de guisantes	Puré de champiñón	Crema de calabacín	Crema de verduras	Crema de acelgas	Crema de espinacas
	Segundo	Jamón cocido a la plancha	Merluza al horno (SIN ESPINAS)	Filetes rusos en salsa	Tortilla española	Pollo asado (sin huesecitos y pollo picado)	Pavo en su jugo (pavo picado)	Platija en salsa (SIN ESPINAS)
	Guarnición	con patatas cocidas	con calabacín a la plancha (sin piel)	con salteado de calabacín (sin piel)	con champiñones	con patatas al horno	con calabaza hervida (sin piel)	con patata al vapor
	Postre	Yogur	Flan	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1428	75,40	51,65	160,72	1532	68,20	78,14	133,05	1330	64,07	51,14	143,83	1364	60,06	58,51	137,61	1229	70,78	42,89	134,47	1552	73,93	68,40	152,10	1545	64,90	75,87	136,30

Valoración semanal

ENERGIA	1425,65	PROTEÍNAS	68,19	19,13%	
LÍPIDOS	60,94	38,47%	HC	142,5841055	40,01%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

4ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN DE DISFAGIA

LUNES 30-4-18

MARTES 1-5-18

MIÉRCOLES 2-5-18

JUEVES 3-5-18

VIERNES 4-5-18

SÁBADO 5-5-18

DOMINGO 6-5-18

COMIDA	Primero	Brócoli con patata al vapor	Crema de patata	Crema de arroz (muy cocido y triturado)	Crema de alubias pintas	Coditos con atún	Crema hortelana	Crema de acelgas
	Segundo	Merluza en salsa (SIN ESPINAS)	Pescado del día (SIN ESPINAS)	Hamburguesa de ternera	Merluza al horno (SIN PIEL)	Pollo en pepitoria (sin huesecitos y pollo picado)	Bacaladilla cocida (SIN PIEL)	Mero en salsa (SIN ESPINAS)
	Guarnición	con zanahoria cocida (sin piel)	con calabacín a la plancha (sin piel)	con champiñones	con berenjena al horno (sin piel)	con calabacín a la plancha (sin piel)	con patatas	con pasta salteada
	Postre	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

CENA	Primero	Crema de champiñones	Crema de judías verdes	Crema de verduras	Crema de patata y zanahoria	Crema de judías verdes	Puré de guisantes	Puré de calabaza
	Segundo	Pollo al curry (sin huesecitos y pollo picado)	Huevos con salsa de tomate	Halibut a la plancha (SIN PIEL)	Jamón cocido a la plancha	Abadejo cocido (SIN PIEL)	Tortilla francesa	Pollo al horno (sin huesecitos y pollo picado)
	Guarnición	con patatas cocidas	con zanahoria cocida (sin piel)	con patatas al horno	con calabaza hervida (sin piel)	con patata cocida	con zanahoria cocida (sin piel)	con patatas cocidas
	Postre	Yogur	Natillas de chocolate	Flan vainilla	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur	Yogur
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1486	71,11	63,73	149,00	1429	59,19	64,46	145,35	1174	65,84	30,00	153,66	1498	60,60	53,22	181,08	1373	77,51	46,72	150,06	1587	74,62	77,36	139,22	1334	60,51	44,55	163,92

Valoración semanal

ENERGIA	1411,64	PROTEÍNAS	67,06	19,00%	
LÍPIDOS	54,29	34,61%	HC	154,6149001	43,81%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304



5ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN DE DISFAGIA

		LUNES 7-5-18	MARTES 8-5-18	MIÉRCOLES 9-5-18	JUEVES 10-5-18	VIERNES 11-5-18	SÁBADO 12-5-18	DOMINGO 13-5-18
COMIDA	Primero	Crema de judías verdes	Macarrones con salsa de tomate y jamón york	Crema de potaje Gallego	Crema de champiñones	Lasaña	Crema de arroz (muy cocido y triturado)	Crema de lentejas riojanas
	Segundo	Hamburguesa de ternera en salsa de cebolla	Pescado del día (SIN ESPINAS)	Cazón a la plancha (SIN ESPINAS)	Huevos fritos	Muslo de pollo al chilindrón (sin huesecitos y pollo picado)	Hamburguesa a la plancha	Bacalao a la vizcaína (SIN PIEL)
	Guarnición	con patatas cocidas	con calabaza hervida (sin piel)	con berenjena al horno (sin piel)	con puré de patatas natural	con calabaza hervida (sin piel)	con champiñones	con coles de bruselas
	Postre	Natillas de chocolate	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Natillas edulcoradas
	Pan

CENA	Primero	Crema de coliflor	Crema de aclegas	Crema de menestra	Puré de verduras	Crema de puerros	Crema de espinacas	Crema de zanahoria
	Segundo	Tortilla de patatas	Pollo asado (sin huesecitos y pollo picado)	Tilapia a la plancha (SIN PIEL)	Rosada al horno (SIN ESPINAS)	Merluza en su jugo (SIN ESPINAS)	Fogonero al horno (SIN ESPINAS)	Albóndigas en salsa con
	Guarnición	con zanahoria vapor (sin piel)	con patata al vapor	con champiñones	con cama de calabacín (sin piel)	con brécol al ajillo	con patatas panadera	con patatas cocidas
	Postre	Túrmix de fruta	Cuajada	Yogur	Yogur	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1318	58,69	50,55	146,32	1428	64,49	70,54	147,46	1490	88,48	56,96	143,43	1571	67,74	85,38	128,66	1309	76,75	45,55	137,22	1363	74,58	52,43	143,86	1398	56,08	59,54	147,17

Valoración semanal

ENERGIA	1411,03	PROTEÍNAS	69,54	19,71%	
LÍPIDOS	60,14	38,36%	HC	142,0182918	40,26%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304

6ª Semana

DOMUSVI- Madrid

FÁCIL MASTICACIÓN DE DISFAGIA

LUNES 14-5-18

MARTES 15-5-18

MIÉRCOLES 16-5-18

JUEVES 17-5-18

VIERNES 18-5-18

SÁBADO 19-5-18

DOMINGO 20-5-18

COMIDA	Primero	Crema de patata	Crema de arroz (muy cocido y triturado)	Crema de marisco	Crema de verduras	Macarrones con salsa de tomate	Crema de berenjenas	Crema de alubias con verduras
	Segundo	Huevos en salsa verde	Hamburguesa de ternera a la plancha	Perca a la plancha (SIN ESPINAS)	Pescado del día (SIN ESPINAS)	Hamburguesa a la plancha	Caella al horno (SIN ESPINAS)	Abadejo cocido (SIN ESPINAS)
	Guarnición	con zanahorias hervidas (sin piel)	con calabaza hervida (sin piel)	.	con patatas cocidas	con calabacín a la plancha (sin piel)	con patatas cocidas	con calabacín salteado (sin piel)
	Postre	Túrmix de fruta	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta	Yogur	Yogur
	Pan

CENA	Primero	Crema de calabacín	Crema de acelgas	Crema de judías verdes	Crema de apio	Crema de calabaza	Puré de verduras	Crema de hortalizas
	Segundo	Cazón a la plancha (SIN ESPINAS)	Tilapia a la plancha (SIN ESPINAS)	Merluza al horno (SIN ESPINAS)	Jamón cocido a la plancha	Limanda al horno (SIN ESPINAS)	Tortilla francesa	Pollo al oporto (sin huesecitos y pollo picado)
	Guarnición	con patatas cocidas	con patatas cocidas	con berenjena a la plancha (sin piel)	con zanahorias hervida (sin piel)	con berenjena plancha (sin piel)	con zanahoria hervida (sin piel)	con calabaza hervida (sin piel)
	Postre	Natillas	Túrmix de fruta	Yogur	Flan de vainilla	Yogur	Túrmix de fruta	Túrmix de fruta
	Pan

Valoración total del día (comida y cena)

Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC	Kcal	Prot.	Lip.	HC
1386	66,36	54,99	146,20	1635	70,68	71,15	164,72	1274	62,21	47,91	139,80	1229	53,40	42,47	151,72	1272	66,16	45,74	142,44	1339	73,69	57,53	124,94	1774	95,38	88,69	131,79

Valoración semanal

ENERGIA	1415,47	PROTEÍNAS	69,70	19,70%	
LÍPIDOS	58,35	37,10%	HC	143,0885333	40,44%

REVISADO POR: Dietista-Nutricionista: Cristina López, Núm. Colegiada: CAT 000304