

MENÚS JUNIO 2022 SALUS MAYORES DIETA BASAL

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes		
00	Kcal	Gr	01	Kcal	Gr	01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr
						BOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	05 590 04 04	338 300 40 150	COULFOR A LA CREMA SALMON SALTEADO CON VERDURA Y RACION PAN. LACTEO 125 GR	110 201 04 111	250 250 40 125	CREMA DE CALABAZO ARROZ CON POLLO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	70 319 04 00	270 350 40 150
						Prot: 42,15g; Carb: 65,54g; Lip: 35,71g; Sel: 3,12g			Prot: 33,48g; Carb: 52,92g; Lip: 25,77g; Sel: 3,42g			Prot: 24,16g; Carb: 100,49g; Lip: 9,05g; Sel: 3,17g		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr
ENSALADA DE TOMATE Y QUESO MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGO PURE DE PATATAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	276 140 111 04 00 727	200 250 100 40 150 740	LENTIJAS CON VERDURAS CORDON RUBI DE PAVO TOMATE HORNO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	150 233 01 04 04 003	270 100 30 40 150 540	RIGATONI CON TOMATE Y SALVIA PLAN DE HUEVO Y VERDURAS JUDIA VERDE AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	303 100 80 04 77 024	300 100 100 40 150 000	PAELLA DE MARISCO JAMONITOS DE POLLO ABADOS AP ENSALADA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	332 235 19 04 102 032	250 130 75 40 150 005	BIENESTRA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA PATATAS ASADAS CON ESPEDIAS RACION PAN. YOGUR NATURAL	110 237 140 04 71 702	300 250 100 40 125 019
						Prot: 35,31g; Carb: 71,00g; Lip: 33,54g; Sel: 5,25g			Prot: 34,80g; Carb: 50,98g; Lip: 23,05g; Sel: 3,74g			Prot: 34,01g; Carb: 79,81g; Lip: 27,45g; Sel: 4,45g		
12	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr
GAZPACHO TORTILLA CALABAZO Y PATATA VERDURAS VARIADAS AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	105 287 07 04 00 051	300 200 100 40 150 790	MACARRONES CON PAVO CARNE DE CERDO CON TOMATE ZANAHORIA Y GUISANTES RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	234 210 59 04 200 005	200 250 30 40 150 720	BARBANCOS GUIBADOS CON JUDIAS TERNERA ASADA CON CHAMPIÑONES ARROZ BLANCO HERVIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	103 204 110 04 77 057	270 250 100 40 150 010	FIDEUA MUSLO DE POLLO AL HORNO TOMATE NATURAL RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	392 277 19 04 04 000	250 145 100 40 150 005	CREMA DE BROCCOLI ABOQUEJO EN SALSA DE TOMATE PATATAS DADO ASADAS RACION PAN. YOGUR PLÁTANO	109 178 121 04 111 051	270 250 30 40 125 709
						Prot: 18,41g; Carb: 65,80g; Lip: 20,03g; Sel: 0,86g			Prot: 55,80g; Carb: 88,21g; Lip: 32,45g; Sel: 3,32g			Prot: 35,97g; Carb: 75,80g; Lip: 27,10g; Sel: 5,01g		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr
EMPEDRADO DE JUDIAS PAVO CON VERDURAS EN SALSA JUDIA VERDE AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	344 200 50 04 04 041	250 240 100 40 150 795	CREMA DE CHAMPIÑONES ABOQUEJO RELLENO MOSTAZA Y MIEL PATATAS FRITAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	09 100 124 04 200 711	270 100 75 40 150 035	ENSALADILLA RUSA 200GR POLLO LA PLANCHA CON CEBOLLA VEGETALES AL GRILL RACION PAN. MELOCOTON EN ALMIBAR	447 200 50 04 06 002	200 125 30 40 150 005	ARROZ CON TOMATE FRITO TORTILLA RELLENA DE VERDURAS ENSALADA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	309 157 19 04 06 077	300 140 75 40 150 705	ENSALADA DE PASTA FILETE DE POGONERO PLANCHA PISTO DE VERDURAS RACION PAN. YOGUR PLÁTANO	448 102 49 04 111 004	250 100 150 40 125 005
						Prot: 47,48g; Carb: 80,83g; Lip: 33,30g; Sel: 5,94g			Prot: 22,52g; Carb: 113,37g; Lip: 14,90g; Sel: 4,41g			Prot: 42,11g; Carb: 102,05g; Lip: 25,07g; Sel: 1,95g		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr
SALMOREJO QUIBO DE PAVO CON VERDURAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	240 203 04 04 027	300 300 40 150 790	ARROZ MILANESA 250 GR MERLUZA EN SALSA DE PUERRO PURE DE CALABAZA 100 GR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	200 107 117 04 00 702	250 220 135 40 150 795	BOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	05 590 04 77 020	338 300 40 150 000	CREMA DE VERDURAS TORTILLA DE QUESO MEZCLA DE ARROCES Y VERDURAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	120 200 02 04 200 720	270 140 100 40 150 700			
						Prot: 29,32g; Carb: 72,28g; Lip: 20,33g; Sel: 4,33g			Prot: 24,32g; Carb: 106,57g; Lip: 21,55g; Sel: 2,07g					

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036

MULTI PLUS
Senior

MENÚ JUNIO 2022 SALUS MAYORES MENÚ 2

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes		
00			01			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr
						ESPAÑUETIS BOLOÑESA DE AVE	402	360	PAELLA DE MARISCOS	332	280	MIEMBRA DE VERDURAS	110	300
						TORTILLA FRANCESA	188	130	JAMONCITOS DE POLLO ABADOS AP	285	190	ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA	287	280
						CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	ENSALADA	19	75	PATATAS ABADAS CON ESPECIAS	140	100
						RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40
						FRUTA DE TEMPORADA	77	180	FRUTA DE TEMPORADA	102	180	YOGUR NATURAL	71	125
						Prot: 42,73g; Carb: 94,48g; Lip: 25,80g; Sel: 4,07g	784	745	Prot: 84,80g; Carb: 80,98g; Lip: 23,88g; Sel: 3,74g	832	695	Prot: 34,01g; Carb: 70,81g; Lip: 27,48g; Sel: 4,48g	702	815
05	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr	06	Kcal	Gr	05	Kcal	Gr
RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40
ENSALADA MIXTA	120	240	TOMATE HORNO	81	80	FRUTA DE TEMPORADA	77	180	TOMATE NATURAL	19	100	YOGUR NATURAL	71	125
FRUTA DE TEMPORADA	93	180	FRUTA DE TEMPORADA	84	180	CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	FRUTA DE TEMPORADA	102	180	PASTEL DE CARNE CON PURE	378	400
ABADEJO EN SALSA DE TOMATE	178	280	ENSALADA GARBANZOS 220GR	310	220	MACARRONES CON TOMATE	285	300	FIDEUA	392	280	CREMA DE CHAMPIÑONES	89	270
PATATAS DADO ABADAS	121	80	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	208	125	TORTILLA RELLENA DE VERDURAS	187	140	MUSLO DE POLLO AL HORNO	277	145			
	800	780		788	815		830	708		384	698		832	838
Prot: 29,88g; Carb: 78,31g; Lip: 20,56g; Sel: 3,33g			Prot: 45,16g; Carb: 75,40g; Lip: 22,78g; Sel: 2,73g			Prot: 25,07g; Carb: 90,35g; Lip: 15,01g; Sel: 4,34g			Prot: 88,88g; Carb: 91,98g; Lip: 32,38g; Sel: 3,25g			Prot: 27,80g; Carb: 75,18g; Lip: 24,48g; Sel: 3,88g		
10	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr
RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	JAMONCITOS DE POLLO ABADOS	1890		RACION PAN	94	40
FRUTA DE TEMPORADA	93	180	FRUTA DE TEMPORADA	208	180	FRUTA DE TEMPORADA	77	180	RACION PAN	94	40	YOGUR PLATANO	111	125
CARNE DE CERDO EN SALSA	135	200	VERDURAS VARIADAS AL VAPOR	97	100	LENTIJAS CON VERDURAS	168	270	ENSALADA	19	75	SOPA DE AVE CON FIDEOS	85	338
ZANAHORIA AL VAPOR	40	100	REVUELTO DE AJETES Y PATATAS	312	280	TERNERA ABADA EN SU JUGO	238	280	FRUTA DE TEMPORADA	84	180	ABADEJO A LA TOSCANA	173	180
ARROZ CON VERDURAS	288	380		711	540	PURE DE CALABAZA 100 GR	117	138	PAELLA DE MARISCOS	332	280	PATATA HORNO	70	100
	858	840					882	875		2115	515		519	783
Prot: 30,88g; Carb: 110,10g; Lip: 13,88g; Sel: 4,16g			Prot: 25,73g; Carb: 94,90g; Lip: 25,25g; Sel: 1,8g			Prot: 48,07g; Carb: 82,51g; Lip: 19,27g; Sel: 5,4g			Prot: 18,88g; Carb: 83,38g; Lip: 13,28g; Sel: 3,02g			Prot: 33,88g; Carb: 87,30g; Lip: 12,78g; Sel: 2,48g		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr
FECHUGA DE POLLO CON VEGETALES			CREMA DE PUERROS	225		RACION PAN	94	40	TORTILLA DE QUESO	1471		RACION PAN	94	40
RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	ZANAHORIA Y GUISANTES	59	80	RACION PAN	94	40	YOGUR PLATANO	111	125
FRUTA DE TEMPORADA	84	180	FRUTA DE TEMPORADA	208	180	MELOCOTON EN ALMIBAR	88	180	TOMATE HORNO	81	80	CARNE DE CERDO EN SALSA	135	200
FOOCHAS BESTROADAS CON VERDURAS	238	270	PATATAS FRITAS	124	75	FECHUGA DE PAVO BRASEADA	181	190	FRUTA DE TEMPORADA	93	180	VEGETALES AL GRILL	80	80
	414	480	FILETE DE ABADEJO EMPANADO	242	130	VERDURAS CON PATATA EN SALSA	128	200	ARROZ MILANESA 250 GR	288	280	RIGATONI EN SALSA GORGONZOLA	313	300
				883	398		818	800		2010	500		703	745
Prot: 15,43g; Carb: 87,78g; Lip: 8,92g; Sel: 2,07g			Prot: 34,06g; Carb: 103,78g; Lip: 17,19g; Sel: 1,51g			Prot: 30,87g; Carb: 89,27g; Lip: 12,88g; Sel: 4,87g			Prot: 14,88g; Carb: 91,74g; Lip: 12,87g; Sel: 1,82g			Prot: 38,88g; Carb: 88,02g; Lip: 24,82g; Sel: 4,98g		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr
RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40	RACION PAN	94	40			
FRUTA DE TEMPORADA	84	180	SALMOREJO	240	300	ENSALADA	19	75	FRUTA DE TEMPORADA	208	180			
LENTIJAS CON CHORIZO	205	270	FRUTA DE TEMPORADA	98	180	FRUTA DE TEMPORADA	77	180	JUDIAS VERDES SALTEADAS	188	280			
DADOS DE BONIATO AL VAPOR	84	100	GUISANTES AL VAPOR	89	80	ARROZ HERVIDO CON VERDURAS	249	280	TORTILLA FRANCESA	188	130			
PAVO EN SALSA CON GUISANTES	223	270	TERNERA ABADA CON CHAMPIÑONES	204	280	HAMBURGUESA VEGETAL	170	180	PISTO DE VERDURAS	49	180			
	878	830		711	820		818	865		895	720			
Prot: 35,87g; Carb: 87,72g; Lip: 20,20g; Sel: 3,22g			Prot: 35,51g; Carb: 75,48g; Lip: 20,88g; Sel: 4,8g			Prot: 17,88g; Carb: 108,07g; Lip: 13,88g; Sel: 4,21g			Prot: 31,58g; Carb: 91,90g; Lip: 22,00g; Sel: 2,82g					

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. *** SEGUNDA OPCION DE MENU



NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes		
00	Kcal	Gr	01	Kcal	Gr	01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr
						CERDO CON ARROZ Y ZANAHORIA PURE DE MANZANA Y PLÁTANO Prot: 21,01g; Carb: 52,50g; Lip: 23,40g; Sel: 1,00g	442 00 508	360 100 460	HUEVO Y VERDURAS LACTEO 125 GR Prot: 23,58g; Carb: 42,15g; Lip: 22,78g; Sel: 1,72g	410 111 530	360 100 475	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS PURE DE PERA Prot: 12,50g; Carb: 49,80g; Lip: 23,65g; Sel: 1,31g	394 89 482	360 100 460
ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO PURE DE MACEDONIA Prot: 21,19g; Carb: 53,50g; Lip: 21,80g; Sel: 1,00g	433 03 400	360 100 460	POLLO, VERDURAS Y GARBANZOS PURE DE MANZANA Prot: 24,08g; Carb: 52,50g; Lip: 19,00g; Sel: 1,4g	434 57 461	360 100 460	HUEVO Y VERDURAS PURE DE MANZANA Y PLÁTANO Prot: 19,40g; Carb: 41,85g; Lip: 20,00g; Sel: 1,57g	419 00 465	360 100 460	PAELLA PURE DE MELOCOTÓN Y MACEDONIA Prot: 20,25g; Carb: 41,85g; Lip: 22,15g; Sel: 1,31g	395 60 463	360 100 460	CERDO CON ARROZ Y ZANAHORIA YOGUR NATURAL Prot: 28,38g; Carb: 44,00g; Lip: 25,70g; Sel: 1,88g	442 71 513	360 125 475
TORTILLA DE PATATA PURE DE PERA Prot: 20,55g; Carb: 47,00g; Lip: 24,20g; Sel: 1,00g	420 03 468	360 100 460	CERDO A LA BRABA PURE DE MACEDONIA Prot: 20,80g; Carb: 57,00g; Lip: 18,30g; Sel: 1,48g	419 03 462	360 100 460	RAÚ VACUNO Y VEGETALES PURE DE MANZANA Y PLÁTANO Prot: 21,01g; Carb: 52,50g; Lip: 17,45g; Sel: 1,00g	390 00 465	360 100 460	ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA PURE DE MANZANA Prot: 20,75g; Carb: 49,00g; Lip: 24,85g; Sel: 1,48g	451 57 508	360 100 460	ESTOFADO DE CERDO Y VERDURAS YOGUR PLÁTANO Prot: 24,58g; Carb: 53,00g; Lip: 22,08g; Sel: 1,55g	390 111 509	360 125 475
ALUBIAS CON CHORIZO PURE DE MELOCOTÓN Y MACEDONIA Prot: 20,00g; Carb: 63,00g; Lip: 22,85g; Sel: 1,92g	482 58 540	360 100 460	ABADEJO ESPINACAS Y GARBANZOS PURE DE MANZANA Prot: 20,40g; Carb: 56,00g; Lip: 19,70g; Sel: 1,48g	430 57 467	360 100 460	RAÚ ZANAHORIA Y PATATA PURE DE MACEDONIA Prot: 21,50g; Carb: 53,50g; Lip: 22,50g; Sel: 1,83g	438 03 501	360 100 460	POLLO, VEGETALES Y PASTA PURE DE PERA Prot: 25,80g; Carb: 48,40g; Lip: 18,80g; Sel: 1,13g	401 06 459	360 100 460	PASTA CON SALSA BOLOÑESA YOGUR PLÁTANO Prot: 28,86g; Carb: 41,80g; Lip: 34,88g; Sel: 1,9g	475 111 582	360 125 475
RAÚ ZANAHORIA Y PATATA PURE DE MANZANA Y PLÁTANO Prot: 21,21g; Carb: 52,50g; Lip: 23,40g; Sel: 1,83g	438 00 504	360 100 460	ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO PURE DE MANZANA Prot: 20,75g; Carb: 52,50g; Lip: 21,80g; Sel: 1,00g	433 57 490	360 100 460	ARROZ, GARBANZOS Y VERDURAS PURE DE PERA Prot: 12,50g; Carb: 49,80g; Lip: 23,65g; Sel: 1,31g	394 00 482	360 100 460	HUEVO Y VERDURAS PURE DE MACEDONIA Prot: 19,75g; Carb: 42,85g; Lip: 20,00g; Sel: 1,57g	410 03 482	360 100 460			

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***



NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036

MENÚ JUNIO 2022 SALUS MAYORES DIETA DIABÉTICA

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			
00	Kcal	Gr	01	Kcal	Gr	01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	
						RACION PAN SORA DE AVE CON RIBOIS COCCIDO FRUTA DE TEMPORADA	94 66 600 84	40 336 300 160		RACION PAN COUFLOR A LA CREMA SALMON SALTADO CON VERDURA Y LACTEO DEBENATADO 125 GR	94 110 201 81	40 260 260 125	RACION PAN CREMA DE CALABACIN ARROZ CON POLLO FRUTA DE TEMPORADA	94 78 270 88	40 270 360 160
Prot: 42,15g; Carb: 85,64g; Lip: 35,71g; Sel: 3,12g			Prot: 34,90g; Carb: 45,93g; Lip: 22,14g; Sel: 3,27g			Prot: 24,10g; Carb: 100,40g; Lip: 9,05g; Sel: 3,17g									
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	
ENSALADA DE TOMATE Y QUESO MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGO PURE DE PATATAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	273 146 111 100 98	200 260 100 40 160	LENTIJAS CON VERDURAS PAVILLO A LA PLANCHA TOMATE HORNO PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	150 103 81 100 84	270 80 80 40 160	RIGATONI CON TOMATE Y SALVIA FLAN DE HUEVO Y VERDURAS JUDIA VERDE AL VAPOR PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	303 100 50 100 77	300 100 100 40 160	PAELLA DE MARISCO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP ENSALADA PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	330 285 100 100 102	260 100 100 40 160	BIENESTRA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA PATATAS ASADAS CON ESPESIAS PAN INTEGRAL 40GR YOGUR NATURAL DEBENATADO	110 267 140 100 58	300 260 100 40 125	
Prot: 35,90g; Carb: 74,22g; Lip: 33,70g; Sel: 4,6g			Prot: 27,76g; Carb: 68,88g; Lip: 13,90g; Sel: 2,17g			Prot: 32,20g; Carb: 90,45g; Lip: 20,73g; Sel: 5,25g			Prot: 65,08g; Carb: 93,14g; Lip: 23,82g; Sel: 3,09g			Prot: 35,27g; Carb: 85,34g; Lip: 24,50g; Sel: 3,84g			
10	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	18	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	
GAZPACHO TORTILLA CALABACIN Y PATATA VERDURAS VARIADAS AL VAPOR PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	105 267 97 100 98	300 200 100 40 160	LACARRONES CON PAVO CARNIE DE CERDO CON TOMATE ZANAHORIA Y GUISANTES PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	234 210 50 100 200	200 260 80 40 160	SARBANZOS GUISADOS CON JUDIAS TERNERA ASADA CON CHAMPIÑONES CALABACIN A LA PLANCHA PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	163 204 23 100 77	270 260 75 40 160	FIOLETA MUSLO DE POLLO AL HORNO TOMATE NATURAL PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	392 277 19 100 84	260 145 100 40 160	CREMA DE BROCCOLI ABADEJO EN SALSA DE TOMATE PATATAS DADO ASADAS PAN INTEGRAL 40GR YOGUR DEBENATADO DE LIMON	159 178 121 100 58	270 260 80 40 125	
Prot: 18,00g; Carb: 88,78g; Lip: 20,19g; Sel: 0,03g			Prot: 46,65g; Carb: 113,47g; Lip: 18,37g; Sel: 3,72g			Prot: 35,80g; Carb: 77,46g; Lip: 13,63g; Sel: 2,20g			Prot: 58,08g; Carb: 91,37g; Lip: 22,81g; Sel: 2,87g			Prot: 37,28g; Carb: 72,59g; Lip: 23,63g; Sel: 5,04g			
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	
EMPEDRADO JUDIAS 200GR PAVILLO CON VERDURAS EN SALSA JUDIA VERDE AL VAPOR PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	340 260 50 100 84	220 240 100 40 160	CREMA DE CHAMPIÑONES ABADEJO A LA TOSCANA PATATAS FRITAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	69 173 104 100 200	270 180 75 40 160	ENSALADILLA RUSA 200GR POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA VEGETALES AL ORILL PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	447 200 50 100 77	300 126 80 40 160	ARROZ CON TOMATE FRITO TORTILLA RELLENA DE VERDURAS ENSALADA PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	250 157 50 100 98	260 100 40 40 160	ENSALADA DE PASTA FILETE DE POGONERO PLANCHA PISTO DE VERDURAS PAN INTEGRAL 40GR YOGUR DEBENATADO DE FRESA	448 100 40 100 58	260 260 100 40 125	
Prot: 42,49g; Carb: 83,25g; Lip: 38,22g; Sel: 5,08g			Prot: 31,44g; Carb: 104,58g; Lip: 17,47g; Sel: 2,84g			Prot: 40,30g; Carb: 81,78g; Lip: 53,63g; Sel: 2,47g			Prot: 21,41g; Carb: 103,53g; Lip: 14,81g; Sel: 3,92g			Prot: 43,40g; Carb: 90,44g; Lip: 21,60g; Sel: 1,37g			
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	
SALMOREJO GUISO DE PAVO CON VERDURAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	240 203 100 84	300 300 40 160	ARROZ MILANESA 260 GR MERLUZA EN SALSA DE PUERRO PURE DE CALABAZA 100 GR PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	280 107 117 100 98	260 220 136 40 160	SORA DE AVE CON RIBOIS COCCIDO PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	66 600 100 77	336 300 40 160	CREMA DE VERDURAS TORTILLA DE QUESO MEZCLA DE ARROCES Y VERDURAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	120 200 92 100 208	270 140 100 40 160				
Prot: 25,51g; Carb: 75,44g; Lip: 20,49g; Sel: 3,74g			Prot: 30,63g; Carb: 114,78g; Lip: 15,14g; Sel: 2,17g			Prot: 43,35g; Carb: 80,42g; Lip: 35,71g; Sel: 2,4g			Prot: 24,51g; Carb: 111,73g; Lip: 21,72g; Sel: 2,32g						

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

NOELIA IVANDIC
 Dietista-Nutricionista
 CAT002036

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes		
00			01			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr
						SOPA DE AVE CON FIDEOS	65	338	COUFLOL AL VAPOR	122	300	CREMA DE CALABACIN	73	270
						LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	169	120	SALMON BALTEADO CON VERDURA Y	261	250	MUSLO DE POLLO AL HORNO	277	145
						VEGETALES AL GRILL	50	80	LACTEO DESNATADO 125 GR	81	125	ARROZ HERVIDO CON VERDURAS	100	100
						FRUTA DE TEMPORADA	84	150				FRUTA DE TEMPORADA	88	150
						Prot: 29,22g; Carb: 43,32g; Lip: 8,59g; Sel: 3,09g			Prot: 33,38g; Carb: 21,93g; Lip: 25,20g; Sel: 3,07g			Prot: 37,78g; Carb: 48,84g; Lip: 21,91g; Sel: 2,81g		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr
ENSALADA MIXTA	120	240	LENTIJSAS CON VERDURAS	150	270	PURE DE PATATA Y COL	171	270	CREMA DE CALABACIN	78	270	MEBESTRA DE VERDURAS	110	300
MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGO	145	250	RAVO A LA PLANCHA	103	80	FLAN DE HUEVO Y VERDURAS	100	100	JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP	285	100	TIRAS DE TERNERA EN SU JUGO	140	200
PURE DE PATATAS	111	100	TOMATE HORNO	81	80	JUDIA VERDE AL VAPOR	50	100	ENSALADA	19	75	PATATAS ASADAS CON ESPECIAS	140	100
FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	FRUTA DE TEMPORADA	77	150	FRUTA DE TEMPORADA	102	150	YOGUR NATURAL DESNATADO	58	125
	478	740		404	580		368	620		494	875		448	725
Prot: 22,07g; Carb: 51,41g; Lip: 23,11g; Sel: 1,94g			Prot: 24,24g; Carb: 45,93g; Lip: 13,10g; Sel: 2,17g			Prot: 14,38g; Carb: 52,85g; Lip: 14,20g; Sel: 2,53g			Prot: 49,99g; Carb: 40,22g; Lip: 13,70g; Sel: 2,18g			Prot: 35,75g; Carb: 55,23g; Lip: 9,15g; Sel: 3,25g		
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr
GAZPACHO	105	300	CALABACIN CON SONIATO Y BETAS	52	100	GARBANZOS GUISADOS CON JUDIAS	163	270	ACELGAS CON PATATAS	129	350	CREMA DE BROCOLI	109	270
TORTILLA FRANCESA	188	130	CARNE DE CERDO CON TOMATE	210	250	TERNERA ASADA CON CHAMPIONES	204	250	MUSLO DE POLLO AL HORNO	277	145	ABADEJO EN SALSA DE TOMATE	178	250
VERDURAS VARIADAS AL VAPOR	97	100	ZANAHORIA Y GUISANTES	59	80	CALABACIN A LA PLANCHA	23	75	TOMATE NATURAL	19	100	PATATAS DADO ASADAS	121	80
FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150	FRUTA DE TEMPORADA	77	150	FRUTA DE TEMPORADA	84	150	YOGUR DESNATADO DE LIMON	58	125
	488	880		520	580		487	745		509	745		544	725
Prot: 20,38g; Carb: 47,30g; Lip: 24,06g; Sel: 1,05g			Prot: 33,73g; Carb: 72,91g; Lip: 11,27g; Sel: 2,28g			Prot: 32,37g; Carb: 55,53g; Lip: 12,83g; Sel: 2,20g			Prot: 40,81g; Carb: 44,88g; Lip: 19,41g; Sel: 2,57g			Prot: 33,78g; Carb: 50,83g; Lip: 22,83g; Sel: 5,04g		
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr
EMPEDRADO DE ALUBIAS B3	314	200	CREMA DE CHAMPIONES	89	270	ESPINACAS CON PATATA	232	300	ARROZ CALDOSO DE POLLO	150	270	BROCCOLI CON PATATA	148	300
RAVO A LA PLANCHA	103	80	ABADEJO A LA TOSCANA	173	180	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	208	125	TORTILLA RELLENA DE VERDURAS	157	140	FILETE DE FOGONERO PLANCHA	102	100
JUDIA VERDE AL VAPOR	50	100	PATATA HORNO	70	100	VEGETALES AL GRILL	50	80	ENSALADA	19	75	PISTO DE VERDURAS	49	150
FRUTA DE TEMPORADA	84	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150	FRUTA DE TEMPORADA	77	150	FRUTA DE TEMPORADA	98	150	YOGUR DESNATADO DE FRESA	58	125
	551	530		540	700		553	855		424	825		357	875
Prot: 32,18g; Carb: 51,99g; Lip: 23,52g; Sel: 2,63g			Prot: 28,04g; Carb: 79,84g; Lip: 12,56g; Sel: 2,59g			Prot: 35,90g; Carb: 57,57g; Lip: 20,13g; Sel: 3,02g			Prot: 25,45g; Carb: 50,14g; Lip: 13,47g; Sel: 4,58g			Prot: 35,85g; Carb: 43,73g; Lip: 5,45g; Sel: 1,99g		
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr
BALMOREJO	240	300	ACELGAS CON PATATAS	120	350	POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS	230	270	CREMA DE VERDURAS	120	270			
QUIBO DE RAVO CON VERDURAS	203	300	MERLUZA EN SALSA DE PUERRO	107	220	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	169	120	FLAN DE HUEVO Y VERDURAS	100	100			
FRUTA DE TEMPORADA	84	150	PURE DE CALABAZA 100 GR	117	135	TOMATE NATURAL	19	100	MEZCLA DE ARROCES Y VERDURAS	92	100			
	533	750	FRUTA DE TEMPORADA	88	150	FRUTA DE TEMPORADA	77	150	FRUTA DE TEMPORADA	208	150			
				481	855		501	840		500	800			
Prot: 22,99g; Carb: 53,48g; Lip: 25,89g; Sel: 3,74g			Prot: 24,81g; Carb: 65,55g; Lip: 10,94g; Sel: 2,82g			Prot: 39,23g; Carb: 54,94g; Lip: 13,20g; Sel: 3,37g			Prot: 15,35g; Carb: 84,12g; Lip: 14,18g; Sel: 2,82g					

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***



NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036

MENÚS JUNIO 2022 SALUS MAYORES DIETA VITAMINA K

Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes			
00			01			01	Kcal	Gr	02	Kcal	Gr	03	Kcal	Gr	
						SOPA DE AVE CON RIBES OOOIDO RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	65 590 94 84	338 300 40 150		PATATA HERVIDA CON ZANAHORIA SALMON SALTEADO CON VERDURA Y RACION PAN LACTEO 125 GR	100 201 94 111	300 250 40 125	CREMA DE CALABACIN ARROZ CON POLLO RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	73 319 94 88	270 350 40 150
						Prot: 42,16g; Carb: 85,84g; Lip: 35,71g; Sel: 3,12g				Prot: 33,72g; Carb: 81,11g; Lip: 24,35g; Sel: 3,05g			Prot: 24,16g; Carb: 100,42g; Lip: 9,05g; Sel: 3,17g		
06	Kcal	Gr	07	Kcal	Gr	08	Kcal	Gr	09	Kcal	Gr	10	Kcal	Gr	
ENSALADA DE TOMATE Y QUESO MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGO PURE DE PATATAS RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	270 140 111 94 93	200 250 100 40 150	LENTIJAS CON VERDURAS CORDON BLEU DE PAVO TOMATE HORNO RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	150 238 81 94 84	270 100 30 40 150	RIGATONI CON TOMATE Y SALSA PLAN DE HUEVO Y VERDURAS JUDIA VERDE AL VAPOR RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	303 100 50 94 77	300 100 100 40 150	PAELLA DE MARISCO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP TOMATE NATURAL RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	332 238 19 94 102	250 100 100 40 150	VERDURAS VARIADAS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA PATATAS ASADAS CON ESPECIAS RACION PAN YOGUR NATURAL	242 287 140 94 71	250 250 100 40 125	
Prot: 35,31g; Carb: 71,06g; Lip: 33,54g; Sel: 5,25g			Prot: 23,77g; Carb: 74,87g; Lip: 18,74g; Sel: 3,05g			Prot: 22,03g; Carb: 87,30g; Lip: 30,57g; Sel: 5,8g			Prot: 84,74g; Carb: 90,86g; Lip: 23,37g; Sel: 3,01g			Prot: 33,01g; Carb: 87,11g; Lip: 38,95g; Sel: 4,35g			
13	Kcal	Gr	14	Kcal	Gr	15	Kcal	Gr	16	Kcal	Gr	17	Kcal	Gr	
GAZPACHO TORTILLA CALABACIN Y PATATA VERDURAS VARIADAS AL VAPOR RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	105 257 97 94 93	300 200 100 40 150	MACARRONES CON PAVO CARNE DE CERDO CON TOMATE ZANAHORIA Y GUISANTES RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	234 210 59 94 208	200 250 30 40 150	BARBANDOS GUISADOS CON JUDIAS TERNERA ASADA CON CHAMPIONES ARROZ BLANCO HERVIDO RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	183 204 119 94 77	270 250 100 40 150	FIDEUA MUSLO DE POLLO AL HORNO TOMATE NATURAL RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	300 277 19 94 84	250 145 100 40 150	PURE DE CALABAZA 270 GR ABADEJO EN SALSA DE TOMATE PATATAS DADO ASADAS RACION PAN YOGUR PLÁTANO	233 178 121 94 111	270 250 30 40 125	
Prot: 18,41g; Carb: 55,00g; Lip: 20,03g; Sel: 0,85g			Prot: 45,45g; Carb: 110,31g; Lip: 18,21g; Sel: 4,37g			Prot: 37,10g; Carb: 97,18g; Lip: 13,22g; Sel: 3,37g			Prot: 55,56g; Carb: 88,21g; Lip: 30,45g; Sel: 3,32g			Prot: 38,04g; Carb: 90,05g; Lip: 23,05g; Sel: 4,30g			
20	Kcal	Gr	21	Kcal	Gr	22	Kcal	Gr	23	Kcal	Gr	24	Kcal	Gr	
EUFEDRADO DE JUDIAS PAVO CON VERDURAS EN SALSA JUDIA VERDE AL VAPOR RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	344 209 50 94 84	250 240 100 40 150	CREMA DE CHAMPIONES ABADEJO RELLENDO MOSTAZA Y MIEL PATATAS FRITAS RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	89 199 124 94 208	270 100 75 40 150	ENSALADILLA RUSA 200GR POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA VEGETALES AL GRILL RACION PAN MELOCOTON EN ALMIBAR	447 206 50 94 88	200 125 30 40 150	ARROZ CON TOMATE FRITO TORTILLA FRANCESA TOMATE NATURAL RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	309 188 19 94 98	300 130 100 40 150	ENSALADA DE PASTA FILETE DE FOGONERO PLANCHA PISTO DE VERDURAS RACION PAN YOGUR PLÁTANO	448 102 49 94 111	250 100 150 40 125	
Prot: 47,48g; Carb: 80,83g; Lip: 33,30g; Sel: 5,94g			Prot: 19,55g; Carb: 116,35g; Lip: 18,43g; Sel: 2,54g			Prot: 39,19g; Carb: 82,30g; Lip: 53,14g; Sel: 3,18g			Prot: 28,03g; Carb: 112,38g; Lip: 17,35g; Sel: 3,81g			Prot: 42,11g; Carb: 102,65g; Lip: 25,07g; Sel: 1,95g			
27	Kcal	Gr	28	Kcal	Gr	29	Kcal	Gr	30	Kcal	Gr	31	Kcal	Gr	
BALMOREJO GUIZO DE PAVO CON VERDURAS RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	240 203 94 84	300 300 40 150	ARROZ MILANESA 250 GR MERLUZA EN SALSA DE PUERRO PURE DE CALABAZA 100 GR RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	280 107 117 94 93	250 200 135 40 150	SOPA DE AVE CON RIBES OOOIDO RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	65 590 94 77	338 300 40 150	CREMA DE VERDURAS TORTILLA DE QUESO ARROZ BLANCO HERVIDO RACION PAN FRUTA DE TEMPORADA	120 200 95 94 208	270 140 30 40 150				
Prot: 29,32g; Carb: 72,28g; Lip: 29,33g; Sel: 4,39g			Prot: 30,44g; Carb: 111,00g; Lip: 14,98g; Sel: 2,52g			Prot: 43,16g; Carb: 83,28g; Lip: 35,55g; Sel: 3,05g			Prot: 23,40g; Carb: 110,37g; Lip: 21,40g; Sel: 2,5g						

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036

2022 Junio		COMIDA / BAJA EN SAL 62795 - CENTRO DE DIA SALUS MAYORES POZUELO				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes		
01	02	03	04	05		
		S/R LENTEJAS CON VERDURAS TERNERA ASADA CON CHAMPIÑONES PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRABERO POLLO CON VERDURAS BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R CREMA GARBANIZOS Y VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14		
06	07	08	09	10		
E/SALADA MIXTA S/R MERLUZA CON PATATA BISCOOTES SIN SAL CREMA DE CHOCOLATE Aleg: 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	S/R CREMA GARBANIZOS Y VERDURAS PECHUGA PAVO A LA PLANCHA TOMATE HORNO BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/S JUDIA VERDE AL VAPOR BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	LIENESTRA CON PATATAS S/R TERNERA GUISADA BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14		
11	12	13	14	15		
S/R CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA B/S VERDURAS VARIADAS AL VAPOR BISCOOTES SIN SAL YOGUR FRESA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUSTIDO BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15	S/R LENTEJAS CON VERDURAS TERNERA ASADA CON CHAMPIÑONES PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRABERO POLLO CON VERDURAS BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R CREMA GARBANIZOS Y VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14		
16	17	18	19	20		
E/SALADA MIXTA S/R MERLUZA CON PATATA BISCOOTES SIN SAL CREMA DE CHOCOLATE Aleg: 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	S/R CREMA GARBANIZOS Y VERDURAS PECHUGA PAVO A LA PLANCHA TOMATE HORNO BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/S JUDIA VERDE AL VAPOR BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	LIENESTRA CON PATATAS S/R TERNERA GUISADA BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14		
21	22	23	24	25		
S/R CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA B/S VERDURAS VARIADAS AL VAPOR BISCOOTES SIN SAL YOGUR FRESA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUSTIDO BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15	S/R LENTEJAS CON VERDURAS TERNERA ASADA CON CHAMPIÑONES PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRABERO POLLO CON VERDURAS BISCOOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14			

Alergenas: 2-APIO, 4-CRUSTACEOS, 6-FRUTOS CASCARA, 7-GLUTEN, 8-HUEVO, 9-LECHE, 10-MOLUSCOS, 11-MOSTAZA, 12-PESCADO, 13-PROTEINA LÁCTEA, 14-SEMILLAS SÉSAMO, 15-SOJA

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036

MENÚS JUNIO 2022 SALUS MAYORES DIETA RENAL

2022 Junio		COMIDA / RENAL 62795 - CENTRO DE DIA SALUS MAYORES POZUELO			
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
02	03	04	05	06	
		S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R COUFLOR CON PATATA S/R TRABERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	
08	09	10	11	12	
S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL CREMA DE CHOCOLATE Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 6, 7, 8, 9, 13, 14	S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA S/B BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	MACARRONES HERVIDOS S/R TERNERA QUESADA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	
13	14	15	16	17	
S/R CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA S/B GUISANTES AL VAPOR BISCOTES SIN SAL YOGUR FRESA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R MACARRONES A LA CARBONARA PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15	S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R COUFLOR CON PATATA S/R TRABERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	
20	21	22	23	24	
S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL CREMA DE CHOCOLATE Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 6, 7, 8, 9, 13, 14	S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA S/B BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	MACARRONES HERVIDOS S/R TERNERA QUESADA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	
27	28	29	30	31	
S/R CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA S/B GUISANTES AL VAPOR BISCOTES SIN SAL YOGUR FRESA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R MACARRONES A LA CARBONARA PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15	S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14	S/R COUFLOR CON PATATA S/R TRABERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA Aleg: 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14		

Alergenos: 4-CRUSTACEOS, 6-FRUTOS CASCARA, 7-GLUTEN, 8-HUEVO, 9-LECHE, 10-MOLUSCOS, 12-PESCADO, 13-PROTEINA LÁCTEA, 14-SEMILLAS SÉSAMO, 15-SOJA

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. ***

NOELIA IVANDIC
Dietista-Nutricionista
CAT002036