

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA BASAL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01	02	03	04	05
PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA ORIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABADIN CON BONIATO Y BETAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR RACION PAN. LACTEO 125 GR
06	07	08	09	10
CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOS) ALBONDIGAS AVE TOMATE Y QUESO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA PATATAS FRITAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE LEGUMEBRES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENZAL VEGETALES AL GRILL RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	VERDURAS VARIADAS PAELLA DE MARISCO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	CANELONES CON BECHAMEL CROQUETAS DE JAMON ENSALADA RACION PAN. LACTEO 125 GR
11	12	13	14	15
LENTIJAS CON VERDURAS BALDICHIA DE VADUÑO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR RACION PAN. LACTEO 125 GR	RIGATONI CON TOMATE Y SALVA ABADEJO CUBIERTO DE ESPINACAS PURE DE CALABAZA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOSCANA VEGETALES AL GRILL RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACON ARROZ CON POLLO RACION PAN. LACTEO 125 GR
16	17	18	19	20
MACARRONES CON PAVO ABADEJO RELLENO MOSTAZA Y MIEL PISTO DE VERDURAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CON TOMATE FRITO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENSALADA RACION PAN. LACTEO 125 GR	CREMA DE BROCCOLI PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES ARROZ BLANCO HERVIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	MIENESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE HORNO RACION PAN. LACTEO 125 GR
21	22	23	24	25
PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA ORIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABADIN CON BONIATO Y BETAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA		

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES MENÚ 2

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 LENTEJAS CON CHORIZO PAVO EN SALSA CON GUISANTES DADOS DE BONIATO AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	02 SOPA DE AVE CON FIDEOS TERNERA ABADA EN SU JUGO GUISANTES AL VAPOR RACION PAN. LACTEO 125 GR	03 ARROZ HERVIDO CON VERDURAS HAMBURGUESA VEGETAL ENSALADA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES SALTEADAS TORTILLA DE QUESO PISTO DE VERDURAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	05 MACARRONES CON TOMATE FECULOSA DE POLLO Y VEGETALES RACION PAN. LACTEO 125 GR
06 ENSALADA MIXTA MERLUZA EN SALSA CON ESPARRAGO PATATAS DADO ABADAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	08 GARBANZOS GUISADOS CON JUDIAS CORDON BLEU DE PAVO TOMATE HORNO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	09 ESPAGUETIS BOLOÑESA DE AVE TORTILLA FRANCESA CALABACIN A LA PLANCHA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	10 PAELLA DE MARISCO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP ENSALADA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	12 MENESTRA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA PATATAS ABADAS CON ESPESIAS RACION PAN. LACTEO 125 GR
14 ARROZ CON VERDURAS CARNE DE CERDO CON TOMATE ZANAHORIA Y GUISANTES RACION PAN. LACTEO 125 GR	16 CREMA DE CALABACIN TORTILLA CALABACIN Y PATATA VERDURAS VARIADAS AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	17 LENTEJAS CON VERDURAS TERNERA ABADA CON CHAMPIÑONES ARROZ BLANCO HERVIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	18 FIDEUA ABADEJO AL AJUARRERO ENSALADA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	19 SOPA DE AVE CON FIDEOS LOMO DE CERDO A LA PLANCHA PATATA HORNO RACION PAN. LACTEO 125 GR
22 POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA CALABACIN CON BONIATO Y BETAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	23 CREMA DE CHAMPIÑONES ABADEJO RELLENO MOSTAZA Y MIEL PATATAS FRITAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	24 ESPINACAS A LA CREMA PAVO CON VERDURAS EN SALSA DADOS DE BONIATO AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	25 ARROZ MILANESA 250 GR TORTILLA RELLENA DE VERDURAS TOMATE HORNO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	26 RIGATONI EN SALSA GORGONZOLA CARNE DE CERDO EN SALSA TORTILLA RELLENA DE VERDURAS PISTO DE VERDURAS RACION PAN. LACTEO 125 GR
28 LENTEJAS CON CHORIZO PAVO EN SALSA CON GUISANTES DADOS DE BONIATO AL VAPOR RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	30 SOPA DE AVE CON FIDEOS TERNERA ABADA EN SU JUGO GUISANTES AL VAPOR RACION PAN. LACTEO 125 GR	31 ARROZ HERVIDO CON VERDURAS HAMBURGUESA VEGETAL ENSALADA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	01	02

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚ MAYO 2023 SALUS MAYORES MENÚ FÁCIL MASTICACIÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA GRIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	02 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABADIN CON BONATO Y SETAS PAN MOLDE LACTEO 125 GR	03 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ABADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	05 JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR PAN MOLDE LACTEO 125 GR
06 CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOS) ALBONDIGAS AVE TOMATE Y QUESO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS PAN MOLDE LACTEO 125 GR	08 POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA PATATAS FRITAS PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	10 CREMA DE LEGUMBRES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENZAL VEGETALES AL GRILL PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	11 VERDURAS VARIADAS PAELLA DE MARISCO PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	12 CANELONES CON BECHAMEL CROQUETAS DE JAMÓN ZANAHORIA AL VAPOR PAN MOLDE LACTEO 125 GR
14 LENTIJSAS CON VERDURAS HAMBURGUESA TERNERA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR PAN MOLDE LACTEO 125 GR	16 RIGATONI CON TOMATE Y SALMIA ABADEJO CUBIERTO DE ESPINACAS PURE DE CALABAZA PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	17 SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	18 VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOBACANA VEGETALES AL GRILL PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	19 CREMA DE CALABADIN ARROZ CON POLLO PAN MOLDE LACTEO 125 GR
22 MACARRONES CON RAVO ABADEJO RELLENO MOSTAZA Y MIEL PISTO DE VERDURAS PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	23 ARROZ CON TOMATE FRITO CARNE DE CERDO EN SALSA VEGETALES AL GRILL PAN MOLDE LACTEO 125 GR	24 CREMA DE BROCOLI RAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	26 FOCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS FOLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES ARROZ BLANCO HERVIDO PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	28 MINESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS ZANAHORIA AL VAPOR PAN MOLDE LACTEO 125 GR
29 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA GRIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	30 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABADIN CON BONATO Y SETAS PAN MOLDE LACTEO 125 GR	31 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ABADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS PAN MOLDE FRUTA DE TEMPORADA	31	32

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA TRITURADA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 ALUBIAS CON CHORIZO PURE DE FRUTAS	02 ABADEJO EBRINACAS Y GARBANZOS LACTEO 125 GR	03 FAVO ZANAHORIA Y PATATA PURE DE FRUTAS	04 POLLO,VEGETALES Y PASTA PURE DE FRUTAS	05 PASTA CON SALSA BOLOÑESA LACTEO 125 GR
06 FAVO ZANAHORIA Y PATATA LACTEO 125 GR	07 ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO PURE DE FRUTAS	08 ARROZ GARBANZOS Y VERDURAS PURE DE FRUTAS	09 HUEVO Y VERDURAS PURE DE FRUTAS	10 POLLO,VEGETALES Y PASTA LACTEO 125 GR
11 ABADEJO ESTILO MEDITERRANEO LACTEO 125 GR	12 POLLO,VERDURAS Y GARBANZOS PURE DE FRUTAS	13 HUEVO Y VERDURAS PURE DE FRUTAS	14 PAELLA PURE DE FRUTAS	15 CERDO CON ARROZ Y ZANAHORIA LACTEO 125 GR
16 TORTILLA DE PATATA PURE DE FRUTAS	17 CERDO A LA BRASA LACTEO 125 GR	18 RABU VACUNO Y VEGETALES PURE DE FRUTAS	19 ABADEJO ARROZ Y ZANAHORIA PURE DE FRUTAS	20 ESTOFADO DE CERDO Y VERDURAS LACTEO 125 GR
21 ALUBIAS CON CHORIZO PURE DE FRUTAS	22 ABADEJO EBRINACAS Y GARBANZOS LACTEO 125 GR	23 FAVO ZANAHORIA Y PATATA PURE DE FRUTAS		

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA DIABÉTICA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01	02	03	04	05
RACION PAN; PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA GRIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABACIN CON BONIATO Y SETAS LACTEO DEBNATADO 125 GR	RACION PAN; GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR LACTEO DEBNATADO 125 GR
06	08	09	11	12
RACION PAN; CREMA DE ZANAHORIA (BIN LACTOS) ALBONDIGAS AVE TOMATE Y QUESO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS LACTEO DEBNATADO 125 GR	RACION PAN; POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA ZANAHORIA AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; CREMA DE LEGUMBRES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENZAL VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; VERDURAS VARIADAS PAELLA DE MARISCO FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; CANELONES CON BECHAMEL POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA ENSALADA LACTEO DEBNATADO 125 GR
13	14	17	18	19
RACION PAN; LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VADUÑO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR LACTEO DEBNATADO 125 GR	RACION PAN; RIGATONI CON TOMATE Y SALMIA ABADEJO CUBIERTO DE ESPINACAS PURE DE CALABAZA FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; SOPA DE AVE CON FIDEOS CODIDO FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOSCANA VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; CREMA DE CALABACIN ARROZ CON POLLO LACTEO DEBNATADO 125 GR
22	23	24	25	26
RACION PAN; MACARRONES CON PAVO FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PISO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; ARROZ CON TOMATE FRITO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENSALADA LACTEO DEBNATADO 125 GR	RACION PAN; CREMA DE BRÓCOLI PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; MENESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE HORVIO LACTEO DEBNATADO 125 GR
29	30	31	01	02
RACION PAN; PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA GRIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	RACION PAN; MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABACIN CON BONIATO Y SETAS LACTEO DEBNATADO 125 GR	RACION PAN; GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA		

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA HIPOCALÓRICA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS 1U HAMBURGUESA TERNERA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	02 BROCCOLI CON PATATA TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON SONIATO Y BETAS LACTEO DESNATADO 125 GR	03 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ABADOS AP TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA FRUTA DE TEMPORADA	05 JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR LACTEO DESNATADO 125 GR
06 CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOS) PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ARROZ HERVIDO CON VERDURAS LACTEO DESNATADO 125 GR	07 POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA ZANAHORIA AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	08 CREMA DE LEGUMIBRES Y VERDURA ABADEJO AL AJUJARRIERO VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	09 VERDURAS VARIADAS TORTILLA FRANCESA MEZCLA DE ARROCES Y VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	10 PURE DE PATATA Y COL POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA ENSALADA LACTEO DESNATADO 125 GR
11 LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VAGUINO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR LACTEO DESNATADO 125 GR	12 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS ABADEJO CUBIERTO DE ESPINACAS PURE DE CALABAZA FRUTA DE TEMPORADA	13 LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS LOMILLO DE CERDO A LA PLANCHA VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	14 VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOSCANA VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	15 CREMA DE CALABACIN MUELO DE POLLO AL HORNO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS LACTEO DESNATADO 125 GR
16 ACELUNAS CON PATATAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PISTO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	17 ARROZ CALDOSO DE POLLO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENSALADA LACTEO DESNATADO 125 GR	18 CREMA DE CALABAZA PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) FRUTA DE TEMPORADA	19 FOCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS ROLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN FRUTA DE TEMPORADA	20 MINESTRA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA TOMATE HORNO LACTEO DESNATADO 125 GR
21 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS 1U HAMBURGUESA TERNERA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	22 BROCCOLI CON PATATA TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON SONIATO Y BETAS LACTEO DESNATADO 125 GR	23 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ABADOS AP TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	24	25

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA VITAMINA K

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA GRIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	02 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABACIN CON BONIATO Y BETAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	03 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	05 JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPO RACION PAN. LACTEO 125 GR
06 CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOS) ALBONDIGAS AVE TOMATE Y QUESO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	08 POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA PATATAS FRITAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	09 CREMA DE LEGUMBRES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENZAL VEGETALES AL GRILL RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	10 VERDURAS VARIADAS PAELLA DE MARISCO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	11 CANELONES CON BECHAMEL CROQUETAS DE JAMON TOMATE NATURAL RACION PAN. LACTEO 125 GR
12 LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VAGUINO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPO RACION PAN. LACTEO 125 GR	13 RIGATONI CON TOMATE Y SALVA ABADEJO AL AJUARRIERO PURE DE CALABAZA RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	14 SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	15 VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOSCANA VEGETALES AL GRILL RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	16 CREMA DE CALABACIN ARROZ CON POLLO RACION PAN. LACTEO 125 GR
17 MACARRONES CON PAVO ABADEJO RELLENO MOSTAZA Y MIEL PISTO DE VERDURAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	18 ARROZ CON TOMATE FRITO BUTIFARRA A LA PLANCHA TOMATE NATURAL RACION PAN. LACTEO 125 GR	19 CREMA DE CALABAZA PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	20 POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES ARROZ BLANCO HERVIDO RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	21 MINESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE HORNO RACION PAN. LACTEO 125 GR
22 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA GRIEGA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	23 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABACIN CON BONIATO Y BETAS RACION PAN. LACTEO 125 GR	24 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS RACION PAN. FRUTA DE TEMPORADA	25	26

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 VERDURAS VARIADAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	02 S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS Pechuga Pavo a la plancha Tomate horno BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	03 S/R FIDEOS A LA CAZUELA Tortilla francesa B/S Calabacín a la plancha BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	04 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	05 MENESTRA CON PATATAS S/R TERNERA QUESADA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
06 S/R CREMA DE VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA QUSIBANTES AL VAPOR BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	08 S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	09 ZANAHORIAS CON QUSIBANTES TERNERA ABADA CON CHAMPIÑONES PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	10 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	11 S/R LEITEJAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA B/S ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
12 S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	13 MACARRONES HERVIDOS Pechuga Pavo a la plancha ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	14 S/R FIDEOS A LA CAZUELA Tortilla francesa B/S Calabacín a la plancha BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	15 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	16 MENESTRA CON PATATAS S/R TERNERA QUESADA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
17 S/R CREMA DE VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA QUSIBANTES AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	18 S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	19 ZANAHORIAS CON QUSIBANTES TERNERA ABADA CON CHAMPIÑONES PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	20 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	21 S/R LEITEJAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA B/S ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
22 VERDURAS VARIADAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	23 S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS Pechuga Pavo a la plancha Tomate horno BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	24 S/R FIDEOS A LA CAZUELA Tortilla francesa B/S Calabacín a la plancha BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	25	26

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036



# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA RENAL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	02 ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	03 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/S BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	04 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	05 MACARRONES HERVIDOS S/R TERNERA GUIBADA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
06 S/R CREMA DE VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA GUISANTES AL VAPOR BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	07 S/R MACARRONES A LA CARBONARA PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	08 S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	09 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	10 GUISANTES AL VAPOR TORTILLA FRANCESA B/S BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
11 S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	12 ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	13 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/S BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	14 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	15 MACARRONES HERVIDOS S/R TERNERA GUIBADA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
16 S/R CREMA DE VERDURAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA GUISANTES AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	17 S/R MACARRONES A LA CARBONARA PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	18 S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R CERDO RUSTIDO BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	19 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	20 GUISANTES AL VAPOR TORTILLA FRANCESA B/S BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR
21 S/R CREMA GARBANZOS Y VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	22 ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA BISCOTES SIN SAL LACTEO 125 GR	23 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/S BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA		

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚ MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA SIN LACTOSA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA TERNERA PLANCHA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	02 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y SETAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	03 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	05 JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
06 CREMA DE ZANAHORIA (SIN LACTOS) PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ARROZ HERVIDO CON VERDURAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	07 POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA PATATAS FRITAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	08 CREMA DE LEGUMIBRES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENCIAL VEGETALES AL GRILL PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	09 VERDURAS VARIADAS PAELLA DE MARISCO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	10 ESPIRALES CARBONARA S/O SIL POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA ENSALADA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
11 LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VACUNO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	12 RISOTONI CON TOMATE Y SALVIA ABADEJO AL AJOARRIBERO PURE DE CALABAZA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	13 SORA DE AVE CON FIDEOS COCIDO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	14 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VEGETALES AL GRILL PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	15 CREMA DE CALABACIN ARROZ CON POLLO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
16 MACARRONES CON AJUJY TOMATE BACALAO EMPANADO PISTO DE VERDURAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	17 ARROZ CON TOMATE FRITO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENSALADA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	18 CREMA DE CALABAZA PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	19 PACHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	20 MIEBRESA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE HORNO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
21 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA TERNERA PLANCHA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	22 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y SETAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	23 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ABADAS CON ESPECIAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	24	25

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA RICA EN FIBRA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01	02	03	04	05
JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS HAMBURGUESA A LA GRIEGA PATATAS FRITAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABACIN CON BONIATO Y BETAS PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR	BARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ASADAS CON ESPECIAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR
06	08	09	10	11
CREMA DE BROCCOLI ALBONDIGAS AVE TOMATE Y QUESO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR	POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA JUDIA VERDE AL VAPOR PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE LEZIVIERES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENZAL VEGETALES AL GRILL PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	VERDURAS VARIADAS PATATA HERVIDA POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	CANELONES CON BECHAMEL CROQUETAS DE JAMON ENSALADA PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR
12	13	14	15	16
LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VAGUINO PLANCHADA VERDURAS VARIADAS AL VAPOR PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR	RIGATONI CON TOMATE Y SALMIA ABADEJO CUBIERTO DE ESPINACAS PURE DE CALABAZA PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE AVE CON FIDEOS CODIDO PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOSCANA VEGETALES AL GRILL PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACIN MUELO DE POLLO AL HORNO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR
17	18	19	20	21
MACARRONES CON RAVO ABADEJO RELLENO MOSTAZA Y MIEL PISTO DE VERDURAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA MIXTA BUTIFARRA A LA PLANCHADA ARROZ BLANCO HERVIDO PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR	CREMA DE BROCCOLI RAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO EN SALSA DE CHAMUÑONES VEGETALES AL GRILL PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	BIENESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE HORNO PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR
22	23	24	25	26
JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS HAMBURGUESA A LA GRIEGA PATATAS FRITAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE TORTILLA DE QUESO CALABACIN CON BONIATO Y BETAS PAN INTEGRAL 40GR LACTEO 125 GR	BARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ASADAS CON ESPECIAS PAN INTEGRAL 40GR FRUTA DE TEMPORADA		

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 SALUS MAYORES DIETA INTOLERANCIA A LA PROTEINA DE LA LECHE DE VACA



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA TERNERA PLANCHA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	02 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y SETAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	03 CARBANCOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ASADAS CON ESPECIAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	05 JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
06 CREMA DE ZANAHORIA (BIN LACTOS) FECHUSA PAVO A LA PLANCHA ARROZ HERVIDO CON VERDURAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	08 POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA PATATAS FRITAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	10 CREMA DE LEZUMERES Y VERDURA ABADEJO ESTILO PROVENZAL VEGETALES AL GRILL PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	11 VERDURAS VARIADAS RABLA DE MARISCO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	12 MACARRONES CON AJUN Y TOMATE POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA ENSALADA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
13 LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VADUÑO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	14 RIGATONI CON TOMATE Y SALVA ABADEJO AL AJOARRIERO PURE DE CALABAZA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	17 SORA DE AVE CON FIDEOS COCIDO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	15 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VEGETALES AL GRILL PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	16 CREMA DE CALABACIN ARROZ CON POLLO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
22 MACARRONES CON AJUN Y TOMATE BACALAO EMPANADO PISTO DE VERDURAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	21 ARROZ CON TOMATE FRITO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENSALADA PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	24 CREMA DE CALABAZA PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	23 POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	26 MENESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS TOMATE HORNO PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA
29 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS HAMBURGUESA TERNERA PLANCHA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	30 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y SETAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	31 CARBANCOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP PATATAS ASADAS CON ESPECIAS PAN DE MOLDE 1 REBANADA FRUTA DE TEMPORADA	01	02

\*\*\* En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. \*\*\* INTOLERANCIA A LA PROTEINA DE LECHE DE VACA

  
**NOELIA IVANDIC**  
 Dietista-Nutricionista  
 CAT002036

**MULTI PLUS**  
 Senior

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01	02	03	04	05
	GARBANZOS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y BETAS PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA		JUDIAS VERDES CON PATITAS TERNERA A LA JARDINERA PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA	
06	07	08	09	10
	POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA PATATAS FRITAS PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA		VERDURAS VARIADAS PAELLA DE MARISCO PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA	
11	12	13	14	15
	CREMA DE CALABACIN ARROZ MONTAÑES PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA		PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VEGETALES AL GRILL PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA	
16	17	18	19	20
	ARROZ CON TOMATE FRITO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENSALADA PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA		POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA	
21	22	23	24	25
	GARBANZOS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y BETAS PAN S/O FRUTA DE TEMPORADA			

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 S/R CREMA DE VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	02	03 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/B RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	04 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	05
06 S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUBTIDO RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	08	09 S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R TERNERA QUESADA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	10 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	11
12 S/R CREMA DE VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	13	14 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/B RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	15 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	16
17 S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUBTIDO RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	18	19 S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R TERNERA QUESADA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	20 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	21
22 S/R CREMA DE VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	23	24 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/B RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	25 S/R ARROZ CON VERDURAS S/R POLLO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	26
27 S/R MACARRONES A LA CARBONARA S/R CERDO RUBTIDO RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	28	29 S/R LENTEJAS CON VERDURAS S/R TERNERA QUESADA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	30 S/R COLIFLOR CON PATATA S/R TRASERO POLLO CON VERDURAS RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	31
32 S/R CREMA DE VERDURAS S/R MERLUZA CON PATATA RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	33	34 S/R FIDEOS A LA CAZUELA TORTILLA FRANCESA B/B RACION PAN. LACTEO DEBNATADO 125 GR	35	36

\*\*\* En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. \*\*\* DIABETICA BAJA EN POTASIO



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01	02	03	04	05
ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	PURE DE CALABAZA 270 GR JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ BLANCO TORTILLA FRANCESA BIS ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE POGONERO PLANCHA DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA
06	07	08	09	10
ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	PURE DE CALABAZA 270 GR JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ BLANCO TORTILLA FRANCESA BIS ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE POGONERO PLANCHA DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA
11	12	13	14	15
ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	PURE DE CALABAZA 270 GR JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ BLANCO TORTILLA FRANCESA BIS ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE POGONERO PLANCHA DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA
16	17	18	19	20
ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	PURE DE CALABAZA 270 GR JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ BLANCO TORTILLA FRANCESA BIS ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE POGONERO PLANCHA DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA
21	22	23	24	25
ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	PURE DE CALABAZA 270 GR JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ BLANCO TORTILLA FRANCESA BIS ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE POGONERO PLANCHA DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA
26	27	28	29	30
ARROZ BLANCO PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES HERVIDOS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA	PURE DE CALABAZA 270 GR JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP DADOS DE BONIATO AL VAPOR BISCOTES SIN SAL FRUTA DE TEMPORADA		

\*\*\* En caso de alergia o intolerancia alimentaria, consultar al personal del centro. \*\*\* CONTROLADO EN SAL. FRUTAS PERMITIDAS: MANZANA, PERA SIN PIEL.



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036

# MENÚS MAYO 2023 DIABÉTICA ESTRICA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
01 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS 1U HAMBURGUESA TERNERA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	02 BROCOLI CON PATATA TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y BETAS LACTEO DEBNATADO 125 GR	03 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	04 JUDIAS VERDES CON PATATAS TERNERA A LA JARDINERA FRUTA DE TEMPORADA	05 JUDION ESTOFADO CON CARNE MERLUZA EN SALSA DE PUERRO VERDURAS VARIADAS AL VAPOR LACTEO DEBNATADO 125 GR
06 CREMA DE ZANAHORIA (BIN LACTOS) PECHUGA PAVO A LA PLANCHA ARROZ HERVIDO CON VERDURAS LACTEO DEBNATADO 125 GR	07 POTE GALLEGO CARNE DE CERDO EN SALSA ZANAHORIA AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	08 CREMA DE LEGUMIBRES Y VERDURA ABADEJO AL AJOPARRIERO VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	09 VERDURAS VARIADAS TORTILLA FRANCESA MEZCLA DE ARROCES Y VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	10 PURE DE PATATA Y COL POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA ENBALADA LACTEO DEBNATADO 125 GR
11 LENTEJAS CON VERDURAS SALCHICHA DE VADUNO PLANCHA ZANAHORIA AL VAPOR LACTEO DEBNATADO 125 GR	12 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS ABADEJO CUBIERTO DE ESPINACAS PURE DE CALABAZA FRUTA DE TEMPORADA	13 LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS LONO DE CERDO A LA PLANCHA VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	14 VERDURAS CON PATATA EN SALSA ABADEJO A LA TOSCANA VEGETALES AL GRILL FRUTA DE TEMPORADA	15 CREMA DE CALABACIN MUSLO DE POLLO AL HORNO ARROZ HERVIDO CON VERDURAS LACTEO DEBNATADO 125 GR
16 ACELGAS CON PATATAS FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA PISTO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	17 ARROZ CALDOBO DE POLLO BUTIFARRA A LA PLANCHA ENBALADA LACTEO DEBNATADO 125 GR	18 CREMA DE CALABAZA PAVO CON FRUTOS SECOS PATATA HERVIDA (BAJA EN SAL) FRUTA DE TEMPORADA	19 POCHAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO CON PIMIENTO Y CALABACIN FRUTA DE TEMPORADA	20 BIENESTRA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA TOMATE HORNO LACTEO DEBNATADO 125 GR
21 PATATA Y ZANAHORIA ESTOFADAS 1U HAMBURGUESA TERNERA JUDIAS VERDES Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	22 BROCOLI CON PATATA TORTILLA FRANCESA CALABACIN CON BONIATO Y BETAS LACTEO DEBNATADO 125 GR	23 GARBANZOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS AP TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	24	25

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



**NOELIA IVANDIC**  
Dietista-Nutricionista  
CAT002036