

Número de autorización XXXXXXXXXX

Datos identificativos de la liquidación			
Razón social	MEDITERRANEA DE CATERING, S.L.	Código de empresario	XXXXXXXXXX
Código cuenta cotización	XXXXXXXXXX	Número de la liquidación	XXXXXXXXXX
Periodo de liquidación	XXXXXXXXXX	Número de trabajadores	XXXXXXXXXX
Calificador de la liquidación	XXXXXXXXXX	Liquidación	XXXXXXXXXX
Fecha de control		Entidad de AT/EP	XXXXXXXXXX

NAF	I.P.F.	C.A.F.	Fechas Tramo Desde	Fechas Tramo Hasta	Días Coti.	Horas Coti.	Horas Compl.	Bases y compensaciones	
								Descripción	Importe
030091775269	1028999208A	GAGAM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
030110896494	60X1186921Y	GE R	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.087,64
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.087,64
031072832375	1048684653R	GILOL	01-09-2017	10-09-2017	10 D	20 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	124,06
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	124,06
081002303692	1018026981H	PLGRP	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	3.410,30
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	3.410,30
300052989331	1022467374P	LIHEJ	01-09-2017	30-09-2017	30 D	96 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	477,12
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	477,12
300060693555	1022473579A	CHARC	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
300062798859	1022469927P	ROMAC	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
300064586487	1023220193Z	MOPLA	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
300076741092	1027441050A	NOBEM	01-09-2017	19-09-2017	19 D	38 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	188,86
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	188,86
			20-09-2017	30-09-2017	11 D	35 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	178,92
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	178,92
300077606719	1027435058Z	ROCAE	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
300077814055	1023224724Z	MEHEJ	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	2.426,42
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	2.426,42
300082300206	1022461926B	ROYEA	01-09-2017	17-09-2017	17 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	692,58
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	692,58
300084621132	1052809241E	AULIM	01-09-2017	17-09-2017	17 D	34 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	168,98
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	168,98
			18-09-2017	30-09-2017	13 D	26 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	136,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	136,20
300094587375	1034800919X	TOCOM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	150 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	999,72
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	999,72
300094761773	1034803578R	ROBAM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	144 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.026,11
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.026,11
301000208835	1048477016P	VIVIR	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.227,14
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.227,14
301001044348	1034830100G	TOMAI	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301001365559	1027479272E	GOHUA	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.526,02
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.526,02
301003346682	1034829224W	GAMAS	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.534,80
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.534,80
301005557575	1034823559H	GOMAE	01-09-2017	30-09-2017	30 D	144 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	715,68
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	715,68
301008917415	1034822779C	FETOJ	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.077,00
								COMPENSACION I.T. ENFERMEDAD COMUN	807,75
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.086,30
			01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	2.224,59

CODIFICACIONES INFORMÁTICAS

Referencia	Fecha	Hora	Huella	Página
CRNT1710000001	30-10-2017	15:44:29	EENS0D10	Página 1 de 3

Número de autorización	00013439
------------------------	----------

Datos identificativos de la liquidación			
Razón social	MEDITERRANEA DE CATERING, S.L.	Código de empresario	9 0830145775
Código cuenta cotización	0111 30008406294	Número de la liquidación	30201700254300133
Periodo de liquidación	09/2017-09/2017	Número de trabajadores	384
Calificador de la liquidación	L00-NORMAL	Liquidación	Parcial
Fecha de control		Entidad de AT/EP	061 - FREMAP

NAF	I.P.F.	C.A.F.	Fechas Tramo Desde	Fechas Tramo Hasta	Días Coti.	Horas Coti.	Horas Compl.	Bases y compensaciones	
								Descripción	Importe
301013277159	1048392920T	GUALJ	01-09-2017	30-09-2017	30 D	135 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	671,61
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	671,61
301018755437	1048478247C	ORSAB	01-09-2017	15-09-2017	15 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	533,58
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	533,58
			16-09-2017	30-09-2017	15 D	68 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	342,93
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	342,93
301021015335	1048400616Z	FRMAM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	90 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	447,30
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	447,30
301021253791	1034823309K	BAHIA	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,82
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,82
301024175616	1048498981P	COHEN	01-09-2017	30-09-2017	30 D	126 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	626,22
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	626,22
301026916773	1048477376T	CANIM	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.067,17
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.067,17
301028201924	1048547094M	VABEE	01-09-2017	10-09-2017	10 D	20 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	99,40
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	99,40
			11-09-2017	30-09-2017	20 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	193,04
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	193,04
301030696541	1034820975X	ARMOM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301031666339	1048484561D	PEMAE	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.087,64
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.087,64
301033468115	1048506083A	ALGOA	01-09-2017	30-09-2017	30 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	1.230,51
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	1.230,51
301036563425	1027456200L	NIGON	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301036563829	1022470443H	SAHET	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301044889964	1048540802S	ROGOF	01-09-2017	19-09-2017	19 D	147 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	735,56
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	735,56
			20-09-2017	30-09-2017	11 D	50 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	253,47
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	253,47
301046798642	1027441846V	BEMAM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301060264262	1048619264R	ROSOM	01-09-2017	28-09-2017	28 D	134 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	670,95
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	670,95
301063325220	1048519106P	PEBEM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	135 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	678,19
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	678,19
301079225136	1048706926X	NAVIN	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301086315129	1048704806Y	MUGUM	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20
301097731928	1048741593Q	VABEN	01-09-2017	28-09-2017	28 D	115 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	571,55
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	571,55
301102477248	1048637850A	GUCOF	01-09-2017	15-09-2017	15 D	62 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	308,14
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	308,14
			16-09-2017	30-09-2017	15 D	30 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	149,10
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	149,10
301104392188	1049170135E	SEROM	01-09-2017	17-09-2017	17 D	34 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	168,98

CODIFICACIONES INFORMÁTICAS				
Referencia	Fecha	Hora	Huella	Página
CRNT1710000001	30-10-2017	15:44:29	EENS0D10	Página 2 de 3

Número de autorización	00013439
------------------------	----------

Datos identificativos de la liquidación			
Razón social	MEDITERRANEA DE CATERING, S.L.	Código de empresario	9 0830145775
Código cuenta cotización	0111 30008406294	Número de la liquidación	30201700254300133
Periodo de liquidación	09/2017-09/2017	Número de trabajadores	384
Calificador de la liquidación	L00-NORMAL	Liquidación	Parcial
Fecha de control		Entidad de AT/EP	061 - FREMAP

NAF	I.P.F.	C.A.F.	Fechas Tramo Desde	Fechas Tramo Hasta	Días Coti.	Horas Coti.	Horas Compl	Bases y compensaciones	
								Descripción	Importe
301104392188	1049170135E	SEROM						BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	168,98
			18-09-2017	30-09-2017	13 D			BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	126,41
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	126,41
301106717360	1049224169Y	HEBAA	01-09-2017	30-09-2017	30 D	60 H		BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	298,20
								BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	298,20

SUMA DE BASES		SUMA DE COMPENSACIONES	
BASE DE CONTINGENCIAS COMUNES	318.633,80	COMPENSACION I.T. ENFERMEDAD COMUN	13.254,60
BASE DE OTRAS HORAS EXTRAORDINARIAS	307,20	COMPENSACION IT POR ACCID. TRABAJO	53,78
BASE DE ACCIDENTES DE TRABAJO	318.950,30		

CODIFICACIONES INFORMÁTICAS				
Referencia	Fecha	Hora	Huella	Página
CRNT1710000001	30-10-2017	15:44:29	EENS0D10	Página 3 de 3

ARRIXACA

**ARINKA
3**

Fichas técnicas
de dietas

INFANTILES

Dieta
BASAL INFANTIL C/S (22)
Protocolo

Opcional
Sí Con sal
Sí

Dieta
F.DIGESTION-INFANTIL C/S (23)
Protocolo

Opcional
No Con sal
Sí

Dieta
BASAL INFANTIL S/S (122)
Protocolo

Opcional
Sí Con sal
No

Dieta
F.DIGESTION-INFANTIL S/S (123)
Protocolo

Opcional
No Con sal
No

Dieta
D.M. INF GRUPO I (196)
Protocolo

Opcional
No Con sal
Sí

Dieta
D.M. INF GRUPO II (197)
Protocolo

Opcional
No Con sal
Sí

Dieta
D.M. INF GRUPO III (198)
Protocolo

Opcional
No Con sal
Sí

DIETA POR RACIONES

Dieta
D.M. INF GRUPO IV (199)
Protocolo

Opcional
No Con sal
Sí

Dieta
D.M. INF S/S GRUPO II (201)
Protocolo

Opcional
No Con sal
No

Dieta
D.M. INF S/S GRUPO III (203)
Protocolo

Opcional
No Con sal
No

Dieta
D.M. INF S/S GRUPO IV (204)
Protocolo

Opcional
No Con sal
No

Dieta D.M. INF S/S GRUPO I (205) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta F.MASTICACION INF. C/S (223) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta F.MASTICACION INF. S/S (224) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
TURMIX Dieta TURMIX C/S (20) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta TURMIX INFANTIL (26) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta PURE VARIADO DE NIÑOS (27) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta TURMIX INFANTIL + 2º PLATO (28) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta PURE VARIADO NIÑOS + 2º PLATO (29) .- Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta TX DIABETICO Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta TX ASTRINGENTE Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta TURMIX S/S (120) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta TURMIX INFANTIL S/S (126) Protocolo	Opcional No	Con sal No

Dieta PURE VARIADO NIÑOS S/S (127) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta TURMIX INFANTIL S/S + 2º PLATO (128) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta PURE VARIADO NIÑOS + 2º PLATO S/S (129) .- Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta TX DIABETICO S/S Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta TX ASTRINGENTE S/S Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta PURE VARIADO NIÑOS 13 HORAS (182) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
BLANDAS (PROGRESIVAS) Dieta BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta LIQUIDA C/S (71) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta BLANDA FACIL DIGESTION S/S (3) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta LIQUIDA S/S (171) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta SEMILIQUIDA (208) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta SEMIBLANDA (209) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí

Dieta SEMIBLANDA S/S (210) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta SEMILÍQUIDA S/S (211) Protocolo	Opcional No	Con sal No
DIABÉTICAS Dieta DIABÉTICO 2500 CAL. C/S (11) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta DIABÉTICO 2000 CAL. C/S (12) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta DIABÉTICO 1200 CAL. C/S (14) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta DIABÉTICO 800 CAL. C/S (15) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta DIABÉTICO 2500 CAL. S/S (11) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta DIABÉTICO 2000 CAL. S/S (12) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta DIABÉTICO 1200 CAL. S/S (14) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta DIABÉTICO 800 CAL. S/S (15) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta DIABÉTICAS ELECCIÓN C/S 1600 cal. (225) Protocolo	Opcional Sí	Con sal Sí
Dieta DIABÉTICAS ELECCIÓN S/S 1600 cal (226) Protocolo	Opcional Sí	Con sal No
BASALES		

Dieta BASAL C/S (1) Protocolo	Opcional Sí	Con sal Sí
Dieta BASAL S/S (1) Protocolo	Opcional Sí	Con sal No
Dieta BASAL EXENTA DE CARNE C/S (183) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta BASAL EXENTA DE CARNE S/S (188) Protocolo	Opcional No	Con sal No
ABSOLUTAS Dieta ABSOLUTA Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta ALTA Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta ASTRINGENTE C/S (5) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta ASTRINGENTE S/S (105) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta BAJA EN GRASAS C/S (6) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta BAJA EN GRASAS S/S (106) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta ESPECIAL C/S (24) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta ESPECIAL S/S (124) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta	Opcional	Con sal

EXENTA DE GLUTEN C/S (7) Protocolo	No	Sí
Dieta EXENTA DE GLUTEN S/S (107) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta EXPLORACIONES RADIOLOGICAS C/S (19) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta EXPLORACIONES RADIOLOGICAS S/S (119) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta FACIL MASTICACION C/S (2) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta FACIL MASTICACION S/S (2) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta HEMORRAGIAS OCULTAS C/S (18) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta HEMORRAGIAS OCULTAS S/S (118) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta HIPERPROTEICA RENAL DIALISIS C/S (10) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta HIPERPROTEICA RENAL DIALISIS S/S (110) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta HIPOPROTEICA BAJA EN Na Y K (40g PROTE.) (8) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta HIPOPROTEICA BAJA EN Na Y K (60g PROTE.) (9) Protocolo	Opcional No	Con sal No

Dieta 90 GRAMOS DE PROTEINAS (217) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta INGRESO- BASAL Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta INGRESO TERAPEUTICO Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta PAPILLA DE FRUTA SOLO, 17H (206) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta PROTECCION BILIAR C/S (219) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta PROTECCION BILIAR S/S (220) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta PROTECCION GASTRICA C/S (4) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta PROTECCION GASTRICA S/S (4) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta DIETA DE URGENCIAS Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta VEGETARIANA C/S (16) Protocolo	Opcional No	Con sal Sí
Dieta VEGETARIANA S/S (16) Protocolo	Opcional No	Con sal No
Dieta ING	Opcional No	Con sal No

LUNES 1

	COMIDA	CENA
BASAL	Lentejas estofadas Estafado de magra Sopa de tapioca Redondo de pavo en salsa Platija horno con zanahoria baby Cazón adobo Fruta /yogur Ensalada y pan (60 gr)	Hervido mixto Sopa de pasta Crema de calabacín Tortilla de york Lomo asado en su jugo con berenjena asada Boquerones fritos champiñón salteado Arroz con leche /fruta Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Puré de lentejas tamizado Platija con zanahoria Manzana asada Pan blanco (60 gr)	Sopa de pasta Tortilla de york Arroz con leche Pan blanco (60 gr)
SEMIB	Sopa tapioca Platija con zanahoria Manzana asada/ Pan (30 gr)	Crema de calabacín Tortilla york Arroz con leche/Pan (30 gr)
SEMILIQ	Sopa tapioca Manzana asada/Biscotte	Crema de calabacín yogur desnatado/Biscotte
PROTECC GASTRICA	Sopa tapioca Platija horno con zanahoria baby Manzana asada/Biscotte	Crema de calabacín Tortilla de york Arroz con leche/Biscotte
ASTRINGENTE	Sopa tapioca Platija con zanahoria baby Manzana asada, Pan 60 grs	Sopa de pasta Tortilla de york Yogur desnatado, pan 60 grs
DIABÉTICO 2500	Lentejas estofadas Redondo de pavo Ensalada, fruta, pan 30 grs	Hervido mixto Tortilla de york Ensalada, fruta, pan 30 grs
DIABÉTICO 2000	Lentejas estofadas Redondo de pavo Ensalada, fruta, pan 30 grs	Hervido mixto Tortilla de york Ensalada, fruta , pan 30grs
DIABÉTICO 1600	Lentejas estofadas Redondo de pavo Ensalada, Fruta, Pan 30grs	Hervido mixto Tortilla de york (1 huevo) Ensalada, y. desnatado /Pan 30grs
ELECCIÓN DIABÉTICO	Sopa de tapioca Platija con zanahoria Ensalada y. desnatado, pan 30grs	Crema de calabacín Lomo asado en su jugo Ensalada fruta, pan 30grs
DIABÉTICO 1200	Sopa de tapioca Platija 100 gr Ensalada fruta, Biscotte	Hervido mixto tortilla de york de 1 huevo Fruta, biscotte
DIABÉTICO 800	Sopa de tapioca Platija 90grs Yogur desnatado, biscottes	Consomé pollo Tortilla francesa de 1 huevo fruta, Biscotte

VEGETARIANA	Lentejas estofadas Macarrones con verduras Ensalada/Fruta/ pan integral	Hervido mixto Tortilla francesa con berenjena asada Ensalada/Arroz con leche/p. integral
40 gr PROTEINA	Sopa de tapioca Platija 90 grs Pan 30 gr /m.asada	crema calabacín Tortilla de 1 huevo compota, Pan pequeño
60 gr PROTEINA	Sopa de tapioca Lenguado 120 gr con zanahoria Manzana asada/Pan30 grs	Crema de calabacín Tortilla francesa compota /Pan 30 grs
90 gr PROTEINA	Sopa de tapioca Platija horno zanahoria Manzana asada /Pan 30 gr	Crema de calabacín Tortilla francesa compota Pan 30 grs

HIPERPROTEICA	Lentejas 2 aguas Redondo de pavo lechuga Yogur/Pan blanco 60 gr	Hervido mixto Tortilla de york lechuga Arroz con leche/Pan blanco 60 gr
SIN GLUTEN	Lentejas estofadas Platija horno con zanahoria baby Ensalada Fruta/Pan sin gluten	Hervido mixto Tortilla francesa con berenjena asada Ensalada Arroz con leche/Pan sin gluten
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de tapioca Macarrones con verduras Yogur/Pan normal	Crema de calabacín Tortilla francesa Arroz con leche/Pan normal
F.M.	Puré de lentejas tamizado Platija con zanahoria Manzana asada / Tomate de bote Pan viena	Sopa de pasta Tortilla de york Arroz con leche Pan viena
BAJA GRASA	Puré de lentejas tamizado Platija horno con zanahoria baby Ensalada ,Fruta/ Pan blanco 60 gr.	Hervido mixto Tortilla francesa 1 huevo Ensalada/ Y. desnatado/ Pan 60 gr.
PROT. BILIAR	Sopa de tapioca Platija horno con zanahoria baby m. asada /Pan blanco 60 gr	Sopa de pasta merluza horno con berenjena asada Yogur desnatado Pan blanco 60 gr
TURMIX	Puré de lentejas tamizado Tx guiso de pollo Yogur sabor, pan viena	Crema de calabacín tx huevo,verdura y pollo arroz con leche / viena

INFANTIL

COMIDA

CENA

BASAL	Lentejas estofadas	Sopa de pasta
	Estofado de magra Sopa de tapioca	Hervido mixto Crema de calabacín
	Platija horno con zanahoria baby	Tortilla de york
	Redondo de pavo horno	Lomo asado jugo con berenjena asada

BLANDA	Bacaladilla andaluza con patatas fritas Fruta /yogur Ensalada y pan viena	Boquerones fritos c/ champiñon salteado Arroz con leche /fruta Ensaladay pan viena
	Guiso pollo niños Platija con zanahoria Manzana asada / Pan viena	Sopa de pasta Tortilla de york Arroz con leche / Pan viena
F.M.	Puré de lentejas tamizado Platija horno Yogur / Pan viena	Sopa de pasta Tortilla de york Arroz con leche / Pan viena
TURMIX C/2º PALTO	TX DE GUIISO DE POLLO Platija horno c/ patatas fritas Yogur/ pan viena	Puré variado pescado Tortilla de york Yogur/ pan viena
PURÉ VARIADO	Tx de guiso de pollo Yogur sabor	Pure variado pescado Yogur sabor
INGRESO	Sopa de tapioca Platija horno Fruta / Ensalada Pan pequeño	Hervido mixto Tortilla francesa Fruta / Ensalada Pan pequeño
DIETA EXENTA DE CARNE	Lentejas estofadas Platija horno con zanahoria baby Fruta / Ensalada Pan blanco	Hervido mixto Tortilla francesa Arroz con leche / Ensalada Pan blanco

MARTES 1

	COMIDA	CENA
BASAL	Macarrones bolognesa	Encebollado murciano
	Cazuela de fideos con pescado y almejas	Crema de verduras
	Crema de espárragos	Sopa de arroz
	Albóndigas riojana con salsa	Surtido de fritos
	Muslitos pollo en pepitoria	Perca horno con patata asada
	Salmón plancha con arroz pilaff	Lomo plancha con menestra aliñada
	Fruta/almibar	Yogur /fruta
BLANDA	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Crema de espárragos	Sopa de arroz
	Pechuga plancha con arroz pilaff	Perca horno con patata asada
	manzana natural/ Pan blanco (60gs)	Yogur desnatado/Pan blanco (60 gr)
SEMIB	Crema de espárragos	Sopa de arroz
	Pechuga plancha con arroz pilaff	Perca horno con patata asada
	Compota de pera/Pan blanco (30 gr)	Yogur desnatado/Pan blanco (30 gr)
SEMILIQ	Crema de espárragos	Sopa de arroz
	Compot de pera/ Biscotte	Yogur desnatado/Biscotte
PROTECC	Crema de espárragos	Sopa de arroz
GASTRICA	Pechuga plancha con arroz pilaff	Perca horno con patata asada
	Compota de pera/ Biscotte	Yogur desnatado/ Biscotte
ASTRINGENTE	Crema de zanahoria	Sopa de arroz
	Pechuga plancha con arroz pilaff	Perca horno con patata asada
	manzana asada	Yogur natural desnatado
DIABÉTICO 2500	Cazuela de fideos con pescado y almejas	Encebollado murciano
	pollo asado	Perca horno con patata asada
	ensalada y pan (30 gr)	ensalada y pan (30 gr)
DIABÉTICO 2000	Fruta	fruta
	Cazuela de fideos con pescado y almejas	Encebollado murciano
	Pollo asado	Perca horno
DIABÉTICO 1600	ensalada y pan (30 gr)	ensalada y pan (30 gr)
	fruta	fruta
	Crema de espárragos	Encebollado murciano
ELECCIÓN DIABÉTICO	Pollo asado	Perca horno
	ensalada/ fruta/ pan (30 gs)	yogur desnatado/ pan (30 gs)
	Macarrones con atún	Crema de verduras
DIABÉTICO 1200	Ensalada completa	Lomo plancha
	yogur desnatado/ pan (30gs)	ensalada/ fruta/ pan (30 gs)
	Crema de espárragos	Sopa arroz

DIABÉTICO 800	pechuga 120gr. ensalada / biscotte / fruta	Perca horno 120gr.c/ patata asada biscotte / fruta
	Crema de espárragos pechuga 90gr. Yogur desnatado/ biscotte	Consomé Perca 90gr. Fruta/ biscotte
VEGETARIANA	Crema de espárragos Queso fresco c/membrillo Ensalada completa sin atún Flan / Pan integral	Encebollado murciano menestra aliñada c/ patatas asadas Ensalada Yogur / Pan integral
	Las ensaladas de las bajas en proteínas estarán 2 horas en remojo	
40 gr PROTEINA	Crema de espárragos Arroz pilaff lechuga / m. asada / Pan blanco 30 gr	Encebollado 4 croquetas con patata asada compota / Pan blanco 30 gr
	Crema de espárragos Albóndigas riojana Pan blanco 60 gr	Sopa de arroz 5 croquetas Ensalada de lechuga y maíz Manzana asada / Pan blanco 60 gr
60 gr PROTEINA	Compota de pera	
	Crema de espárragos Salmón plancha c/ arroz pilaff Pan blanco 60 gr / Compota pera	Encebollado Lomo plancha Ensalada / Pan (60gs) /pera
90 gr PROTEINA		
HIPERPROTEICA	Cazuela de fideos con pescado y almejas Albóndigas riojana lechuga / Pan (60) gr / Almibar	Crema de verduras natural Perca horno Ensalada / Pan (60) gr / Fruta
	Crema zanahoria Salmón plancha con arroz pilaff Ensalada / Fruta / Pan sin gluten	Encebollado murciano Lomo plancha con patata asada lechuga / Yogur / Pan sin gluten
SIN GLUTEN	Sopa de pasta Plato queso fresco Compota pera / Pan blanco	Sopa de arroz Huevos escalfados Yogur / Pan normal
	Cazuela de fideos con pescado Albóndigas riojana Flan / Pan viena Ensalada de tomate de bote	Sopa de arroz Perca horno con patata asada Compota/ Pan viena
HEMORRAGIAS OCULTAS	Crema de espárragos Pechuga plancha Manzana asada / Pan 60gs	Encebollado Perca horno Ensalada/Fruta / Pan blanco 60 gr
	Crema de espárragos Pechuga plancha	crema de verduras Perca horno con patata asada
F.M.		
BAJA EN GRASA		
PROTEC. BILIAR		

TURMIX	Compota / pan 60gs	manzana asada / Pan blanco 60 gr
	Crema de espárragos	Crema de verduras
	Tx ternera+verduras+arroz	Tx merluza + verduras
	Compota pera / Pan viena	yogur sabor / pan viena
INFANTIL		
BASAL	COMIDA	CENA
	Macarrones bolognesa	Encebollado murciano
	Cazuela de fideos con pescado y almejas	Crema de verdura
	Crema de espárragos	Sopa de arroz
	Albóndigas riojana con salsa	Surtido de fritos con patatas fritas
	Muslitos pollo en pepitoria	Perca horno con menestra
	Salmón plancha con arroz pilaff limón	Lomo plancha con patatas asadas
	Fruta/flan	Yogur /fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Guiso de pollo de niños	Sopa de arroz
BLANDA	Pechuga plancha con arroz pilaff	Perca horno con patata asada
	Pera / Pan blanco (60 gr)	Yogur desnatado / Pan blanco (60 gr)
	Guiso de pollo de niños	Sopa de arroz
F.M.	Jamón de york con quesitos	Perca horno con patata asada
	Compota pera / Pan de viena	yogur/ Pan de viena
	Tx. guiso de pollo	Tx. merluza c/ verduras
TURMIX+2º	Pechuga plancha	Croquetas
	yogur / Pan de viena	yogur / Pan de viena
PURÉ	tx de guiso de pollo	pure variado pescado
	yogur sabor	yogur sabor
VARIADO	Crema de esparragos	Sopa de arroz
	Pollo asado	Perca horno
	Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Ensalada / Fruta / Pan pequeño
	Cazuela de fideos con pescado y almejas	Encebollado
URGENCIAS E INGRESO	Salmon plancha con arroz pilaff	Perca horno con patatas asadas
	Ensalada / Fruta / Pan	Ensalada / Fruta / Pan
DIETA EXENTA DE CARNE		

MIÉRCOLES 1

	COMIDA	CENA
BASAL	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	Guiso de pollo a la murciana	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Sopa pasta	Sopa de sémola
	Ternera en salsa	Pechuga empanada (patatas chips niños)
	Magra empanada patata fritas	Jamón de pavo y queso fresco
	Merluza horno con zanahoria	Trucha horno
BLANDA	almibar /fruta	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Merluza horno con zanahoria	Jamón pavo y queso fresco
	almibar / Pan (60 gr)	Natillas / Pan (60 gr)
	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
SEMIB	Merluza horno con zanahoria	Jamón de pavo y queso fresco
	M. asada / Pan (30 gr)	Natillas / Pan (30 gr)
	Sopa de pasta	Sopa de sémola
SEMILIQ	M. asada / Biscotte	Natillas / Biscotte
	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Merluza horno con zanahoria	Jamón de pavo y queso fresco
PROTECC GASTRICA	M. asada/Biscotte	Natillas / Biscotte
	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Merluza horno con zanahoria	Jamón de pavo y queso fresco
ASTRINGENTE	M. asada/Biscotte	Natillas / Biscotte
	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Merluza horno con zanahoria	Jamón de pavo y queso fresco
DIABÉTICO 2500	Manzana asada / Pan (60gs)	Membrillo / Pan (60gs)
	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	Ternera en salsa	Trucha horno
DIABÉTICO 2000	ensalada, fruta y Pan (30gs)	ensalada, yogur desnatado y Pan (30gs)
	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	Ternera en salsa	Trucha horno
DIABÉTICO 1600	Fruta y Pan (30gs)	Fruta y Pan (30gs)
	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	1/2 ración de ternera salsa	Trucha horno
ELECCIÓN DIABÉTICO	Fruta / ensalada/pan 30gr.	yogur desnatado/ensalada/pan 30gr.
	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Merluza horno 125gr.	1 Jamón de pavo y 1 queso fresco
DIABÉTICO 1200	yogur desnatado/ensalada/pan 30gr.	Fruta / ensalada/pan 30gr.
	Sopa de pasta	Hervido de acelgas
	Merluza horno	1 Jamón de pavo y 1 queso fresco
DIABÉTICO 800	Biscotte / Fruta	Biscotte / Fruta
	Consomé de pollo	Hervido de acelgas
	Merluza horno 125gr.	1 Jamón de pavo y 1 queso fresco
VEGETARIANA	Yogur desnatado / biscotte	Fruta/ biscotte
	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	Verduras plancha	Arroz salteado con champiñón
40 gr PROTEINA	Ensalada / almibar/ P.Integral	Ensalada / Natillas / P. Integral
	Alubias estofadas	Hervido acelgas

60 gr PROTEINA	Ensalada completa sin proteína Fruta / Pan blanco 30 gr	Arroz salteado con champiñón Fruta / Pan blanco 30 gr
	Sopa de pasta Merluza horno 100gr c /zanahoria M. asada/ Pn 60gs	Hervido de acelgas (2 aguas) Plato de queso fresco Membrillo / Pan blanco 60 gr
90 gr proteína	Sopa de pasta espesa Merluza horno con zanahoria compota / Pan 60gs	Hervido de acelgas (2 aguas) Plato de queso fresco c/ membrillo Ensalada / Pan 60gs / yogur desnatado

HIPERPROTEICA	Alubias estofadas Ternera en salsa Ensalada / Pan 60gs /almibar	Hervido de acelgas Trucha horno Ensalada / Pan 60gs / Natillas
SIN GLUTEN	Alubias estofadas Ternera plancha Ensalada /fruta lavada y liada Pan s/ gluten	Hervido de acelgas Trucha al horno Ensalada de lechuga Fruta/ pan s/ gluten
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de pasta Tortilla francesa Yogur / Pan integral	Sopa de sémola Arroz salteado con champiñón Natillas / Pan integral
F.M.	Guiso de pollo a la murciana Merluza horno Almibar / Pan viena Ensalada de tomate de bote	Sopa de sémola Trucha horno Natillas / Pan viena
BAJA GRASA	Sopa de pasta Merluza horno M. asada / Pan 60gs	Guiso de pescado con patata y zanahoria Jamón de pavo y queso fresco Yogur desnatado / Pan 60gs/ ensalada
PROTEC. BILIAR	Sopa de pasta Merluza horno con zanahorias M. asada/ biscotte	Guiso de pescado con patata y zanahoria Jamón de pavo y queso fresco Compota/ biscotte
TURMIX	Crema de alubias tamizada Tx pavo c/ verduras Manzana asada / Pan viena	Crema de arroz y zanahoria Tx merluza c/ patata c/ zanahoria Natillas / Pan viena

INFANTIL

COMIDA

CENA

BASAL	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	Guiso de pollo a la murciana	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Sopa pasta	Sopa de sémola
	Ternera en salsa	Pechuga empanada (patatas chips niños)
BLANDA	Magra empanada patata fritas	Jamón de pavo y queso fresco
	Merluza horno con patatas fritas	Trucha horno
	Almibar /fruta	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
F.M.	Sopa de pasta Merluza con zanahoria almibar / Pan 60gs	Guiso de pescado con patata y zanahoria Jamón pavo y queso fresco Natillas / Pan 60gs
	Sopa de pasta Merluza horno c/ zanahoria	Guiso de pescado con patata y zanahoria Jamón pavo y queso fresco

Turmix + 2º PURÉ VARIADO URGENCIAS E INGRESO DIETA EXENTA DE CARNE	almibar/ Pan viena	Natillas / Pan de viena
	Tx. pavo c/ verduras Merluza horno c/ patatas fritas yogur / Pan viena	Tx. merluza + patata+zanahoria+arroz Jamón pavo y queso fresco yogur / Pan de viena
	tx de guiso de pollo yogur sabor	pure variado pescado yogur sabor
	Sopa de pasta Ternera en salsa Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Hervido de acelgas Pavo y queso fresco Ensalada / Fruta / Pan pequeño
	Alubias estofadas	Hervido de acelgas
	Merluza horno con zanahoria Ensalada / Fruta / Pan	Trucha horno Ensalada / Natillas / Pan

JUEVES 1

	COMIDA	CENA
BASAL	paella mixta	Hervido de alcachofas
	Macarrones con verduras	Sopa minestrone
	sopa de pasta	Puré de patatas natural
	Entremeses	Calamares rebozados con tomate asado
	Ensalada completa con queso	Hamburguesa con patatas fritas
	Lomo horno con patata asada	Filete Merluza al horno
	Fruta / yogur	Pan de calatrava / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Macarrones con verduras	Puré de patatas natural
	Lomo horno con patata asada	filete merluza horno
	Yogur desnatado / Pan 60gs	Pera / Pan 60gs
SEMIB	Sopa de estrellas SOLO pasta	Puré de patatas natural
	Lomo horno con patata asada	filete merluza horno
	Yogur desnatado / Pan 30gs	Manzana asada / Pan 30gs
SEMILIQ	Sopa SOLO pasta	Puré de patatas natural
	Yogur desnatado / Biscotte	Manzana asada / Biscotte
PROTECC GASTRICA	sopa de pasta	Puré de patatas natural
	Lomo horno con patata asada	filete merluza horno.
	Yogur / Biscotte	Manzana asada / Biscotte
ASTRINGENTE	sopa de pasta	Puré de patatas natural
	Lomo horno con patata asada	filete merluza horno
	Yogur natural desnatado / Pan 60gs	Manzana asada / Pan 60gs
DIABÉTICO 2500	Arroz mixto	Hervido de alcachofas
	Lomo horno	filete merluza horno
	Ensalada / Pan pequeño / Fruta	Ensalada / Pan pequeño / Fruta
DIABÉTICO 2000	Arroz mixto	Sopa minestrone
	ensalada completa con queso	filete merluza horno
	Yogur desnatado / Pan 30gs	Ensalada / Pan pequeño / Fruta
DIABÉTICO 1600	Paella mixta	Sopa minestrone
	Ensalada completa con queso	filete merluza horno
	Fruta / Pan 30gs	Yogur desnatado / Pan 30gs
ELECCIÓN DIABÉTICO	sopa de pasta	Hervido de alcachofas
	Lomo con patata asada	Hamburguesa
	Fruta / yogur / pan 30gs	Fruta / yogur / pan 30gs
DIABÉTICO 1200	Ensalada completa	Sopa minestrone
	Lomo horno	filete merluza horno 90gr
	Fruta /Biscotte	Fruta /Biscotte
DIABÉTICO 800	Ensalada completa	Sopa minestrone
	2/3 Lomo horno	filete merluza 120 gr
	yogur desnatado	Fruta
VEGETARIANA	Macarrones con verduras	Hervido de alcachofas
	Ensalada completa c queso fresco	Tomate asado provenzal c/p. vapor
	Fruta / Ensalada / Pan integral	Ensalada / Pan integral / Pan de calatrava
40 gr PROTEINA	Arroz mixto	Hervido de alcachofas
	Ensalada completa sin proteína	Puré de patata con tomate asado

60 gr PROTEINA	Pan blanco 30 gr / Fruta	Pan blanco 30 gr / Fruta
	Paella mixta 260 gr Consomé 250 gr Ensalada de lechuga 50 gr(remojo 2 h) Pan blanco 60 gr / Pera	Sopa minestrone espesa Calamares rebozados 100gr Tomate asado 70gr Pan blanco 60 gr /Pan de calatrava 150 gr
90 gr proteina	Pella mixta Ensalada completa sin proteina(remojo 2 horas) Pan blanco / Manzana asada	Sopa minestrone espesa F. merluza h. c/ tomate asado provenzal Pan blanco / Pan de calatrava

HIPERPROTEICA	Paella mixta Entremeses Lechuga sola Pan blanco 60 gr / Yogur	Sopa minestrone F. merluza h. c/ patatas fritas Ensalada Pan blanco 60 gr /Pan de calatrava
	SIN GLUTEN	Arroz mixto Ensalada completa c queso Pan sin gluten / Fruta
HEMORRAGIAS OCULTAS	Macarrones blancos gratinados Huevos escalfados Yogur / Pan integral	Puré de patatas natural Plato de queso fresco Pan de calatrava / Pan integral
	F.M.	Macarrones con verduras Jamón de york con queso fresco Yogur / viena / Tomate de bote
BAJA GRASA	Sopa de pasta Lomo horno con patata asada Fruta / Pan blanco	Hervido de alcachofas F. merluza horno Compota / Pan blanco
	PROTEC. BILIAR	Macarrones con verduras Lomo horno (sin grasa) c patata asada Biscotte/ manzana asada
TURMIX	Sopa solo pasta Tx. de cerdo,verduras y arroz Fruta tx / Viena	Puré de patatas natural Tx. merluza, verduras y arroz Pan de calatrava/ Viena

INFANTIL

	COMIDA	CENA
BASAL	Arroz mixto	Hervido de niños
	Macarrones con verduras	Sopa minestrone
	Sopa de estrellas SOLO PASTA	Puré de patatas natural
	Entremeses	Calamares rebozados con tomate asado
	Ensalada completa con queso	Hamburguesa con patatas fritas
	Lomo horno con patata asada	F. merluza horno
BLANDA	Fruta / yogur Ensalada y pan (60 gr)	Pan de calatrava / fruta Ensalada y pan (60 gr)
	Sopa de pasta Lomo horno con patata asada Yogur desntado / Pan 60gs	Hervido de niños F. merluza horno Compota de pera/ Viena
	F.M.	Guiso de pollo

TURMIX +2º	Mortadela con queso en lonchas Yogur / Viena	Hamburguesa Fruta por turmix / Viena
	Tx. guiso de pollo Plato york+queso fresco+huevo yogur / Viena	Tx. merluza, verduras y arroz F. merluza h. c/ patatas fritas yogur / Viena

TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA

Postre igual que la turmix con 2º plato

URGENCIAS E INGRESO	Sopa de pasta Lomo horno Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Sopa Minestrone F. merluza horno Ensalada / Fruta / Pan pequeño
	Macarrones c/ verduras Ensalada completa c/ queso Ensalada / Fruta / Pan	Hervido alcachofas F. merluza horno Ensalada / Pan calatrava / Pan

VIERNES 1

	COMIDA	CENA
BASAL	Potaje de acelgas	Hervido de judías verdes
	Cazuela de fideos con costillejas	Crema potirón
	Sopa de pescado en blanco	Sopa arroz
	Perca en salsa verde	Caballa horno en escabeche
	Surtido de fritos	Salchichas frankfurt con patatas chips
	Ternera asada + champiñón salteado	Tortilla de calabacín
BLANDA	Flan / fruta	Fruta / Yogur
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	pure de potaje tamizado	Hervido de judías
SEMIB	Ternera asada con patata vapor	Tortilla francesa
	Compota de pera / Pan (60 gr)	Yogur / Pan (60 gr)
	Sopa de pescado en blanco	Crema potirón
SEMILIQ	Ternera asada con patata vapor	Tortilla francesa
	Compota de pera / Pan (30 gr)	Yogur desnatado / Pan (30 gr)
	Sopa de pescado en blanco	Crema potirón
PROTECC GASTRICA	Compota de pera / Biscotte	Yogur desnatado / Biscotte
	Sopa de pescado en blanco	Hervido de judías verdes
	Ternera asada con patata vapor	Tortilla de calabacín
ASTRINGENTE	Flan / Biscotte	Compota de pera / Biscotte
	Sopa de pescaso en blanco	Sopa de arroz
	Ternera plancha con patata vapor	Tortilla francesa
DIABÉTICO 2500	Compota de pera / Pan (60 gr)	Yogur natural desnatado / Pan (60gs)
	Potage de garbanzos	Judías verdes hervidas
	Perca en salsa verde	Tortilla de calabacín
	Ensalada, Fruta y Pan (30gs)	Ensalada, yog.Desnatado y Pan (30gs)
DIABÉTICO 2000	Potage de garbanzos	Judías verdes hervidas
	Perca en salsa verde	Tortilla de calabacín
	Ensalada, pruta y Pan (30gs)	Ensalada, Fruta y Pan (30gs)
DIABÉTICO 1600	Potaje de acelgas	Judías verdes
	Perca en salsa verde	Tortilla de calabacín
	Ensalada, pruta y Pan (30gs)	Ensalada, yog.Desnatado y Pan (30gs)
ELECCIÓN DIABÉTICO	Sopa de pescado suave	Crema potirón
	Ternera asada	Caballa horno
	Fruta / yogur / pan 30gs	Fruta / yogur / pan 30gs
DIABÉTICO 1200	Sopa de pescado blanco	Judías verdes
	Ternera asada en salsa (2/3)	Tortilla francesa de 1 huevo
	Ensalada, Fruta y Biscotte	Fruta y Biscotte
DIABÉTICO 800	Consomé	Judías verdes
	2/3 ternera en salsa	Tortilla francesa 1 huevo
	Yogur desnatado	Fruta
VEGETERIANA	Potaje de acelgas	Hervido de judías verdes

40 gr PROTEINA	Champiñon salteado	Tortilla calabacín
	Ensalada / Flan / Pan integral	Ensalada / Fruta / Pan integral
60 gr PROTEINA	Potaje de acelgas	Hervido de judías verdes
	Ensalada completa sin proteína	Tortilla de calabacín
90 gr proteína	Fruta / Pan (30gs)	Fruta / Pan (30gs)
	Potaje de acelgas 260 gr (2 aguas)	Sopa de arroz 260 gr
	Perca en salsa verde 150 gr	Tortilla de calabacín 150 gr
	Manzana / Pan 60 gr	Compota de pera / Pan (60gs)
	Potaje de acelgas (2 aguas)	Hervido de judías verdes (espeso)
	Ternera asada 100 gr con champiñones 1/2	Tortilla de calabacín
	Manzana Asada/ Pan 60 gr	Compota / Pan (60gs)

HIPERPROTEICA	Potaje de acelgas 2 aguas	Hervido de Judías verdes
	Surtido de fritos	Tortilla de calabacín
SIN GLUTEN	Ensalada / Flan / Pan (60gs)	Ensalada / Compota / Pan (60)
	Potaje (sin pan)	Sopa de arroz
HEMORRAGIAS OCULTAS	Perca en salsa verde (ver FT)	Tortilla de calabacín
	Ensalada / Fruta / Pan sin gluten	Ensalada / Fruta / Pan nsin gluten
F.M.	Sopa de pasta	Sopa de arroz
	Verduras plancha sin tomate ni pimiento	Tortilla de calabacín
BAJA GRASA	Flan / Pan integral	yogur / Pan integral
	Crema castellana	Hervido de judías verdes
PROTEC. BILIAR	Perca salsa verde	Tortilla de calabacín
	Flan / Pan viena / Tomate de bote	Plátano / Pan viena
TURMIX	Sopa de pescasos suave	Judías verdes
	Ternera asada	Tortilla de 1 huevo
	Ensalada / Manzana asada / Pan (60gs)	Ensalada / Yogur desnat / Pan (60gs)
	Sopa de pescado en blanco	Hervido de judías verdes
	Ternera plancha	Platija horno
	Ensalada / Manzana asada / Pan (60gs)	Yogur desnatado / Pan (60gs)
	Crema castellana	Crema potirón
	Tx guiso pollo	Tx huevo, calabacín y pollo
	Flan / Pan viena	Compota pera / Pan viena

INFANTIL

	COMIDA	CENA
BASAL	Potaje en puré tamizado	Hervido de Judías verdes
	Cazuela de fideos con costillejas	Crema potirón
	Sopa de pescado en blanco	Sopa arroz
	Perca en salsa verde	Caballa escabeche
	Surtido de fritos	Salchichas frankfurt con patatas chips
	Ternera asada + patata vapor	Tortilla de calabacín
	Flan / fruta	Fruta / Yogur
BLANDA	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Guiso pollo niños	Crema potirón

F.M.	Jamón de york con queso fresco Compota de pera / Pan blanco (60 gr)	Tortilla francesa Yogur / Pan blanco (60 gr)
	Guiso pollo niños Croquetas Flan/ Pan viena	Crema potirón Tortilla francesa Yogur sabor / Pan viena
TURMIX +2º	Tx guiso pollo Croquetas yogur / Pan viena	Puré variado de pescado Tortilla calabacin yogur / Pan viena

TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA
Postre igual que la turmix con 2º plato

URGENCIAS E INGRESO	Sopa pescado Ternera asada Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Hervido judias Tortilla francesa Ensalada / Fruta / Pan pequeño
	Potage Perca en salsa verde Ensalada / Flan / Pan	Hervido judias Tortilla de calabacin Ensalada / Fruta / Pan

SABADO 1

BASAL	Guiso de perca	Espinacas salteadas
	Sopa SOLO pasta	Puré de patata y zanahoria
	Canelones Rossini	Sopa de verduras
	Ensalada murciana	Filete ruso en salsa
	Pollo asado c/ arroz pilaff	San jacobos fritos con patata asada
	Bacaladilla a la andaluza c/pimientos frito	Platija horno calabacín
BLANDA	Fruta / yogur	Arroz con leche / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Sopa SOLO pasta	Pure de patata y zanahoria
SEMIB	Pollo asado c/ arroz pilaff	Platija horno calabacín
	Manzana asada / Pan blanco (60 gr)	Arroz con leche / Pan blanco (60 gr)
	Sopa de pasta SOLO pasta	Pure de patata y zanahoria
SEMILIQ	Pechuga plancha con arroz pilaff	Platija horno calabacín
	Manzana asada / Pan blanco (30 gr)	Arroz con leche / Pan blanco (30 gr)
	Sopa de SOLO pasta	Puré de patata y zanahoria
PROTECC GASTRICA	Manzana asada / Biscotte	Arroz con leche / Biscotte
	Sopa SOLO pasta	Pure de patata y zanahoria
	Pechuga plancha con arroz pilaff	Platija
ASTRINGENTE	Manzana asada / Biscotte	Arroz con leche / Biscotte
	Sopa SOLO pasta	Pure de patata y zanahoria
	Pechuga plancha con arroz pilaff	Platija
DIABÉTICO 2500	Manzana asada / Pan pequeño	Yogur natural desnatado / Pan pequeño
	Guiso de perca	Espinacas salteadas
	Pollo asado c/ arroz pilaff	Platija horno calabacín
DIABÉTICO 2000	Ensalada/ Fruta/ pan (30gs)	Ensalada/ Fruta/ pan (30gs)
	Sopa solo pasta	Espinacas salteadas
	Pollo asado c/ arroz pilaff	Platija
DIABÉTICO 1600	Fruta / Pan (30gs)	Ensalada/Fruta/ pan (30gs)
	Sopa de pasta	Espinacas salteadas
	Pollo asado c/ Guisantes	Platija
ELECCIÓN DIABÉTICO	Ensalada/ Fruta/ pan (30gs)	Ensalada/ Fruta/ pan (30gs)
	Guiso de pescado	Sopa de verduras
	Ensalada murciana	Filete ruso en salsa
DIABÉTICO 1200	Yogur desnatado/ Pan (30gs)	Ensalada/ Fruta/ pan (30gs)
	Sopa solo pasta	Espinacas salteadas
	Pechuga 120gr	Platija
DIABÉTICO 800	Ensalada/ Fruta/ Biscotte	Fruta/ Biscotte
	Ensalada completa	Sopa de verduras
	Pechuga 90 gr	Platija
VEGETARIANA	Yogur desnatado/ Biscotte	Fruta/ Biscotte
	Berenjenas a la crema	Sopa de verduras
	Pure verduras niños	Espinacas salteadas

40 gr PROTEINA	Fruta/ Ensalada/ Pan integral	Ensalada variada/Arroz c/leche/ P. integral
	Sopa SOLO pasta	Espinacas salteadas
	Berenjena a la crema	Ensalada completa con membrillo
60 gr PROTEINA	Ensalada/ Fruta/ pan (30gs)	Fruta/ pan (30gs)
	Sopa SOLO pasta 260 gr	Espinacas salteadas 260 gr
	Pollo asado en salsa 240 gr	Ensalada variada con queso fresco (2H remojo)
90 gr PROTEINA	Manzana asada / Pan 60 gr	Dulce de Membrillo 120 gr /Pan 60gs
	Sopa solo pasta espesa	Espinacas salteadas (2 aguas)
	Pollo asado en salsa	2/3 Platija
	Manzana asada / Pan 60 gr	Dulce de Membrillo /Pan 60gs

HIPERPROTEICA	Canelones Rossini	Espinacas salteadas
	Pollo asado	Platija
	Ensalada / Pan (60gs)/ Yogur	Ensalada /Pan (60gs)/ Arroz con leche
SIN GLUTEN	Guiso de pescado niños (sin pasta)	Espinacas salteadas
	Pollo asado	Platija c/ calabacin
	Ensalada / Fruta / Pan sin gluten	Ensalada / Arroz c/Leche / Pan sin gluten
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de pasta	Puré de patata
	Berenjenas crema	Queso fresco
	Yogur / Pan integral	Arroz con leche / Pan integral
F.M.	Guiso de mero	Sopa de verduras
	Ensalada murciana	Platija c/ calabacin
	Manzana asada / Viena	Arroz con leche / Pan viena
BAJA EN GRASA	sopa solo pasta	Espinacas salteadas
	Pechuga	Platija horno
	Fruta / Ensalada / Pan 60gs	Ensalada/ Compota/ Pan 60gs
PROTEC. BILIAR	Sopa SOLO pasta	Pure de patata y zanahoria
	Pechuga plancha con arroz pilaff	Platija horno
	Ensalada / Fruta / Pan 60gs	Compota de pera / Pan 60gs
TURMIX	Sopa de pasta	Crema de patata y zanahoria
	Tx ternera con verduras	Tx merluza con verduras
	Manzana asada / Viena	Yogur / Viena

INFANTIL

BASAL	Guiso de perca	Sopa de pasta con caldo de pollo
	Sopa solo pasta	Pure de patata y zanahoria
	Canelones	Sopa de verduras
	Ensalada murciana	Filete ruso en salsa
	Pollo asado c/ arroz pilaff	San jacobos fritos con patata fritas
	Bacaladilla a la andaluza con pimientos frito	Platija horno
	Fruta / yogur	Arroz con leche / fruta
BLANDA	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Guiso pollo niños	Sopa de pasta con caldo de pollo
	Pechuga	Platija con patata vapor

F.M.	Manzana asada /Pan blanco (60 gr)	Arroz con leche / Pan blanco (60 gr)
	Tx guiso pollo	Sopa de verduras
	Mortadela con quesitos	Platija con patata vapor
TURMIX +2º	Compota de pera / Viena	Arroz con leche / Viena
	Tx guiso pollo niños	Tx merluza con verduras
	pollo asado	Platija
	yogur / Viena	yogur / Viena

TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA

Postre igual que la turmix con 2º plato

URGENCIAS E INGRESO	Sopa sólo pasta	Pure patata y zanahoria
	Pollo asado	Platija
	Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Ensalada / Fruta / Pan pequeño
DIETA EXENTA DE CARNE	Guiso perca	Sopa verduras
	Bacaladilla c/ pimientos fritos	Platija c/ calabacin
	Ensalada / Fruta / Pan	Ensalada / Arroz c/ leche / Pan

DOMINGO 1

BASAL	Paella con conejo	Hervido judías y acelgas
	Patatas a la marinera	Crema de champiñón
	Sopa de pasta	Sopa de arroz de pescado
	Ensalada completa con espárragos	Tortilla Española
	Magra con tomate	Bacalao bizcaina
	Merluza con zarangollo	Jamón de pavo y queso fresco
BLANDA	Fruta / Almíbar	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
	Sopa de pasta	Hervido de judías y acelgas
	Merluza con zarangollo	Jamón de pavo y queso fresco
SEMIB	Melocotón almíbar / Pan 60gs	Natillas / Pan 60gs
	Sopa de pasta	Crema de champiñón
	Merluza con zanahoria baby	Jamón de pavo y queso fresco
SEMILIQ	Melocotón almíbar / Pan 30gs	Membrillo / Pan 30gs
	Sopa de pasta	Crema de champiñón
	Melocotón en almíbar / Biscotte	Natillas/ Biscotte
PROTECC GASTRICA	Sopa de pasta	Sopa de arroz de pescado
	Merluza con zanahoria baby	Jamón de pavo y queso fresco
	Melocotón almíbar /Biscotte	Membrillo / Biscotte
ASTRINGENTE	Sopa de pasta	Sopa de arroz de pescado
	Merluza con zanahoria baby	Jamón de pevo y queso fresco
	Manzana asada / pan 60gs	Membrillo / Pan 60gs
DIABÉTICO 2500	Paella de conejo	Hervido de judías y acelgas
	Ensalada completa c/ espárragos	Bacalao horno
	Fruta / Pan 30gs	Ensalada / Fruta / Pan 30gs
DIABÉTICO 2000	Paella de conejo	Hervido de judías y acelgas
	Ensalada completa c/ espárragos	Bacalao horno
	Fruta / Pan 30gs	Ensalada / Fruta / Pan 30gs
DIABÉTICO 1600	Patatas marinera	Hervido de judías y acelgas
	Ensalada completa c/ espárragos	Jamón de pavo y queso fresco
	Fruta / Pan 30gs	Ensalada/ yogur desnatado / Pan 30gs
ELECCIÓN DIABÉTICO	Sopa de pasta	Crema de champiñón
	Merluza horno c/ zanahoria baby	Bacalao horno
	Ensalada/ yogur desnatado / Pan 30gs	Ensalada / Fruta / Pan 30gs
DIABÉTICO 1200	Ensalada completa c/ espárragos rectangular	Hervido de judías y acelgas
	Merluza 115gr	1 jamón de pavo y 1 queso fresco
	Fruta / Biscotte	Fruta / Biscotte
DIABÉTICO 800	Consomé pollo	Hervido de judías y acelgas
	Merluza 125gr	1 jamón pavo y 1 queso fresco
	Yogur desnatado / Biscotte	Fruta / Biscotte
VEGETARIANA	Hervido de niños	Hervido de judías y acelgas
	Zarangollo	Queso fresco c/membrillo
	Ensalada completa c/ espárragos	Ensalada / Fruta / Pan integral

	rectangular Pan integral / Fruta	
40 gr PROTEINA	Arroz c/ conejo Consomé pollo Melocotón Almíbar / Pan blanco 30 gr	Crema de champiñón Tortilla Española Compota pera / Pan blanco 30 gr
60 gr PROTEINA	Paella de conejo Consomé 250 gr Pan 60 gr/Melocotón almíbar	Crema champiñón Tortilla Española Pan blanco 60 gr / Compota pera
90 gr proteína	Paella de conejo Zarangollo Pan 60 gr/Melocotón almíbar	Crema champiñón 1 Pavo y 1 queso fresco Pan blanco 60 gr / compota pera

HIPERPROTEICA	Paella con conejo Magra con tomate	Hervido de judías y acelgas Tortilla Española
	Ensalada lechuga / Pan 60 gr / Melocotón en almíbar	Ensalada lechuga / Pan 60gs/ Natillas
SIN GLUTEN	Paella con conejo en aceite limpio Ensalada completa c/ espárragos sin maíz Pan sin gluten / Melocotón almíbar	Hervido de judías y acelgas Tortilla Española Yogur/ Ensalada lechuga / Pan sin gluten
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de pasta Huevos escalfados Yogur natural/ Pan	Crema champiñón Tortilla Española Natillas / Pan
F.M.	Paella con conejo Merluza horno con zarangollo Melocolocoton Almíbar /Viena/ Tomate bote	Crema de champiñón Tortilla Española Natillas / Viena
BAJA GRASA	Sopa de pasta Merluza horno Melocotón almíbar /Ensalada / Pan 60gs	Hervido de judías y acelgas Jamón de pavo y queso fresco Yogur desnat./ Ensalada / Pan 60gs
PROTEC. BILIAR	Sopa de pasta Merluza horno c/ patata cocida Melocotón almíbar / Pan 60gs	Sopa de arroz de pescado Jamón de pavo y queso fresco compota pera/ Pan 60gs
TURMIX	Tx de patatas marinera Tx guiso pollo Fruta por turmix / Viena	Crema champiñón Tx merluza, verdura y arroz Natillas / Viena

INFANTIL

BASAL	Paella con conejo Patatas a la marinera Sopa de pasta Ensalada completa con espárragos Magra con tomate Merluza con zarangollo Fruta/ almíbar Ensalada y pan (60 gr)	Hervido de niños Crema de champiñón Sopa de arroz de pescado Bacalao horno con patatas chips Tortilla Española Jamó de pavo y queso fresco Natillas / fruta Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Guiso de pollo de niños Merluza horno	Sopa de arroz de pescado Tortilla francesa con jamon pavo

F.M.	Melocotón almíbar / Pan blanco (60 gr)	Natillas / Pan blanco (60 gr)
	Guiso de pollo de niños	Hervido de niños
	Merluza horno	Tortilla española
TURMIX +2º	Melocotón Almíbar / Viena	Natillas / Viena
	Tx guiso pollo	Tx merluza, verdura y arroz
	Merluza horno	Jamón de pavo y queso fresco
	yogur	yogur

TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA

Postre igual que la turmix con 2º plato

URGENCIAS E INGRESO	Sopa de pasta	Crema champiñon
	Merluza horno	Pavo y queso fresco
	Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Ensalada / Fruta / Pan pequeño
DIETA EXENTA DE CARNE	Patata marinera	Hervido judias y acelgas
	Merluza horno c/ zarangollo	Tortilla española
	Ensalada / Fruta / Pan	Ensalada / Natillas / Pan

LUNES 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Lentejas estofadas	Encebollado
	Macarrones con york	Crema ave
	Crema de verdura natural	Sopa de tapioca
	Merluza andaluza c/ pat. Fritas	Redondo de pavo
	Berengena rellena	Salchichas frescas con patatas fritas
	Lomo asado con guisantes	Perca con zanahoria
	Fruta /yogur	Arroz con leche/fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Pure de lentejas tamizado	Encebollado
	Lomo asado con patata vapor	Perca con zanahoria
	Manzana asada	Arroz con leche
	Pan blanco (60 gr)	Pan blanco (60 gr)
SEMIBALNDA	Crema de verduras natural	Sopa de tapioca
	Lomo con patatas vapor	Perca con zanahoria
	Manzana asada /pan 30grs	Arroz con leche/ pan 30 grs
SEMILÍQUIDA	Crema de verduras natural	Sopa de tapioca
	Manzana asada	Yogur desnatado
PROTECCION GASTRICA	Macarrones con york	Crema de ave
	Lomo con patatas vapor	Perca con zanahoria baby
	Manzana asada	Arroz con leche
ASTRINGENTE	Macarrones blancos con york	Sopa de tapioca
	Lomo con patatas vapor	Perca con zanahoria
	Manzana asada	Yogur natural desnatado
2500/ 2000	Lentejas estofados	Encebollado
	lomo asado	Perca c/ zanahoria
1600 eleccion	Lentejas estofados	Encebollado
	Berenjena relleno	Lenguado
	Crema verduras	Sopa de tapioca
1200	Lomo asado	Redondo de pavo
	Crema de verduras natural	Encebollado
800	Lomo asado	Perca 100gr
	Crema de verduras	Consomé
vegetariana	2/3 Lomo asado	Lenguado pequeño
	Lentejas estofadas	Encebollado
	macarrones gratinados	Plato de queso fresco, membrillo
40 grs	Ensalada / fruta	Ensalada/ arroz con leche
	Lentejas estofadas 2 aguas	Encebollado
	Ensalada completa sin proteina	Queso fresco con membrillo
	Fruta	Ensalada
60 gr PROTEINA	Pan blanco 30 gr	Fruta/ pan 30 grs
	Lentejas 2 aguas	Encebollado
	Ensalada completa sin proteina	Redondo de pavo horno 100 gr

	Pan blanco 60 gr Manzana asada	Pan blanco 60 gr Pera/naranja
90 gr proteína	Lentejas estofadas (2 aguas) Lomo asado con guisantes Pan blanco Manzana asada	Encebollado Perca con zanahoria Ensalada Pan blanco Pera
HIPERPROTEICA	Lentejas estofadas 2 aguas Lomo asado c/ pat vapor Ensalada Pan blanco 60 gr Yogur	Encebollado Perca c/zanahoria Lechuga Pan blanco 60 gr Arroz con leche

SIN GLUTEN	Lentejas estofadas Lomo asado Ensalada/ fruta	Encebollado Perca con zanahoria Lechuga/ arroz con leche
HEMORRAGIAS OCULTAS	Macarrones blancos c/ aceite Huevos escalfados Yogur natural Pan tintegral	Sopa de tapioca Plato de queso fresco Arroz con leche Pan integral
F.M.	Pure lentejas tamizado Berenjena rellena Pan de viena Manzana asada Ensalada de tomate de bote	Encebollado Perca con zanahoria Pan de viena Arroz con leche
BAJA GRASA	Puré de lentejas tamizada Lomo asado Fruta	Encebollado Perca con zanahoria Yogur desnatado/ Ensalada
PROTEC. BILIAR	Puré de lentejas tamizado Perca horno Pan blanco 60 gr Manzana asada	Encebollado Perca con zanahoria Ensalada Pan blanco Yogur desnatado
TURMIX	Puré de lentejas tamizada Tx pavo c/ verdura Yogur	Crema de ave ta,izada tx merluza c/ verdura Arroz con leche
INFANTIL	COMIDA	CENA
	Lentejas estofadas	Encebollado
	Macarrones con york	Crema ave
	Crema de verdura natural	Sopa de tapioca
	Merluza andaluza c/ patatas Fritas	Redondo de pavo en salsa Salchichas frescas con patatas fritas
	Berenjena rellena	
	Lomo asado con guisantes c/ pat fritas	Perca con zanahoria
	Fruta /yogur	Arroz con leche/fruta/yogur

	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Pure lentejas tamizado Lomo asado con patata vapor Manzana asada Pan blanco (60 gr)	Hervido de niños Perca con zanahoria Arroz con leche Pan blanco (60 gr)
F.M.	Pure lentejas tamizado Lomo asado con patata vapor Yogur Pan viena	Crema de ave Perca con patatas fritas Arroz con leche Pan viena
TURMIX +2º	Tx pavo con verduras Merluza andaluza c/ patatas Fritas yogur	Tx merluza con verduras Salchichas frescas con patatas fritas yogur
Postre igual que la turmix con 2º plato		
URGENCIAS E INGRESO	Crema verdura Lomo asado Ensalada / Fruta / Pan pequeño	Sopa tapioca Perca Ensalada / Fruta / Pan pequeño
DIETA EXENTA DE CARNE	Lentejas estofadas Merluza andaluza c/ pat. Fritas Ensalada / Fruta / Pan	Encebollado Perca c/ zanahoria Ensalada / Arroz con leche / Pan

MARTES 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Paella de verduras	Hervido mixto/menestra
	Marmitaco	Crema de espárragos
	Puré de patata natural	Sopa de pescado en blanco
	Escalope de ternera	Tortilla de york
	Ensalada murciana	Magra empanada c/patatas fritas
	Filete merluza horno	Caballa horno c/ judías verdes aliñadas
	Fruta/flan	Yogur /fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Puré de patata natural	Sopa de pescado en blanco
	Filete merluza horno	Tortilla de york
	Manzana natural	Yogur desnatado
	Pan blanco (60 gr)	Pan blanco (60 gr)
SEMIB	Puré de patata natural	Sopa de pescado en blanco
	Filete merluza horno	Tortilla de york
	Compota de pera	Yogur desnatado
	Pan blanco (30 gr)	Pan blanco (30 gr)
SEMILIQ	Puré de patatas natural	Sopa de pescado en blanco
	Compota de pera	Yogur desnatado
PROTECC GASTRICA	Puré de patatas natural	Sopa de pescado en blanco
	Filete merluza horno	Tortilla de york
	Compota de pera	Yogur desnatado
ASTRINGENTE	Puré de patatas natural	Sopa de pescado en blanco
	Filete merluza horno	Tortilla de york
	Membrillo	Yogur natural desnatado
DIABÉTICO 2500 DIABÉTICO 2000	Paella de verduras	Hervido mixto
	Filete merluza horno	tortilla de york
DIABÉTICO 1600 ELECCIÓN	Arroz y verduras	Hervido mixto
	Ensalada murciana	Tortilla de york
DIABÉTICO 1200	Puré de patatas	Crema espárragos
	Ternera plancha	Caballa horno con judías verdes
DIABÉTICO 800	Sopa de pasta	Hervido mixto
	filete merluza 120 gr	Tortilla francesa 1 huevo
DIABÉTICO 800	Ensalada completa	Hervido mixto
	Filete merluza 115gr	Tortilla francesa 1 huevo
VEGETARIANA	Paella verdura	Crema de espárragos
	Ensalada murciana sin atún	Tortilla francesa con judias verdes
	fruta	Ensalada/ yogur

40 gr PROTEINA	Arroz con verdura Ensalada completa sin proteínas Compota/ pan 30 grs	Crema de espárragos Tortilla de 1 huevo Ensalada/ Manzana asada/ pan 30grs
60 gr PROTEINA	Sopa de pasta Espesa Marrajo plcha. 100gr lechuga/compota /pan 60grs	Crema de espárragos Tortilla de 1 huevo con judías aliñadas 80 gr manzana/naranja/Pan 60 gr
90 gr proteína	Sopa de pasta espesa Filete merluza 115 gr Lechuga / compota/pan	Crema de espárragos Tortilla de york con judías verdes Pan blanco / manzana natural
HIPERPROTEICA	Marmitaco Escalope de ternera Lechuga/flan /pan 60 grs	Crema de espárragos Tortilla de york Lechuga/pan 60grs/ Almibar
SIN GLUTEN	Paella verduras aceite limpio Ensalada murciana Pan sin gluten / fruta	Hervido mixto Caballa horno con judías verdes aliñadas Lechuga/ pan sin gluten/ fruta Pan sin gluten
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de pasta Puré de patatas natural Flan/ pan integral	Crema de espárragos Tortilla francesa Yogur natural/ pan integral

F.M.	Paella verduras Ensalada murciana Pan de viena / Fruta tx	Sopa de pescado en blanco Tortilla de york Pan de viena / compota
BAJA GRASA	Puré de patatas natural Ternera plancha Manzana asada/ Ensalada	Sopa de pescado suave Tortilla de york Fruta/ ensalada
PROTEC. BILIAR	Pure patata/ ternera plancha Ensalada murciana	Sopa pescado en blanco Caballa horno con judías verdes
TURMIX	Puré de patatas natural Tx guiso pollo niños Fruta tx	Crema espárragos Tx huevo, verdura y pollo Compota

INFANTIL

COMIDA

CENA

BASAL	Paella verduras	Hervido mixto
	Marmitaco	Crema de espárragos
	Puré de patata natural	Sopa de pescado en blanco
	Escalope de ternera	Tortilla de york
	Ensalada murciana	Magra empanada c/patatas fritas
	Filete merluza	Caballa horno con judías verdes
BLANDA	Fruta/flan Ensalada y pan (60 gr)	Yogur /fruta Ensalada y pan (60 gr)
	Guiso de pollo Plato york + queso fresco	Sopa de pescado suave Tortilla de york

	Pera/ pan blanco60grs	Yogur desnatado/ pan blanco
F.M.	Guiso de pollo niños Plato york + queso fresco Flan Pan viena	Sopa de pescado suave Tortilla de york de 1 huevo Pera cocida Pan viena
TURMIX +2º	Tx guiso pollo Filete merluza yogur	Puré variado de pescado tortilla de york yogur

Postre igual que la turmix con 2º plato

Urgencias Ingresos	Pure de patatas Filete merluza Ensalada Fruta, Pan pequeño	Sopan de pescado Tortilla de york Ensalada Fruta, Pan pequeño
Basal no carne	Paella de verduras Filete merluza Ensalada, Fruta	Crema de espárragos Caballa horno horno c/ judías aliñadas Yogur y Ensalada

MIÉRCOLES 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Olla fresca	Hervido de acelgas
	Macarrones con atún	Crema de verduras natural
	Crema de calabacín	Sopa de pasta
	Merluza vasca	Chuleta de lomo con tomate provenzal
	Pollo asado con berenjena asada	Jamoncitos (con patatas fritas)
	Ensalada completa c/ alcachofas	Platija con arroz pilaff
	Fruta/ almibar	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Crema de calabacín	Sopa de pasta
	Pollo asado con berenjena asada	Platija con arroz pilaff
	Melocotón en almíbar	Natillas
	Pan blanco (60 gr)	Pan blanco (60 gr)
SEMIB	Crema de calabacín	Sopa de pasta
	Pechuga plancha con patata asada	Platija con arroz pilaff
	Melocotón almíbar	Natillas
	Pan blanco (30 gr)	Pan blanco (30 gr)
SEMILIQ	Crema de calabacín	Sopa de pasta
	Melocotón en almíbar	Natillas
PROTECC GASTRICA	Crema de calabacín	Hervido de acelgas
	Pechuga plancha con berenjena asada	Platija con arroz pilaff
	Melocotón almíbar	Natillas
ASTRINGENTE	Crema de zanahoria	Sopa de pasta
	Pechuga plancha con patata asada	Platija con arroz pilaff
	Manzana asada	Yogur desnatado
DIABÉTICO 2500	Macarrones c/ atún	H. de acelgas
	Pollo asado	Platija con arroz pilaff
DIABÉTICO 2000	Macarrones c/ atún	H. de acelgas
	Pollo asado	Platija con tomate provenzal
DIABETICO 1600	Macarrones con atún	Hervido de acelgas
	Ensalada completa c/ alcachofas	Platija con tomate provenzal
ELECCIÓN DIABÉTICO	Crema de calabacín	Sopa de pasta
	Merluza vasca	Chuleta de lomo
DIABÉTICO 1200	Ensalada completa c/ alcachofas	Hervido de acelgas
	Pollo plancha	Platija
DIABÉTICO 800	Crema de calabacín	Consomé pollo
	Pollo plancha 2/3	Platija
VEGETARIANA	Crema de calabacín	Crema verduras
	Berenjena asada c/ pat vapor	Tomate asado con arroz pilaff
	Ensalada c. c/ alcachofas sin york	Ensalada
	Melocotón almíbar	Natillas
40 gr PROTEINA	Crema de calabacín	Hervido de acelgas
	Pisto murciano sin tomate	berenjenas a la crema
	Almibar	Compota
	Pan blanco 30 gr	Pan blanco 30 gr
60 gr PROTEINA	Crema calabacin	Hervido acelgas

	Pechuga plancha Berenjena asada Pan blanco 30 gr Melocotón almíbar	Chuleta plancha Pan blanco 30 gr Compota
90 gr PROTEINA	Crema calabacín Pechuga 120gr Pan blanco Melocotón almíbar	Hervido de acelgas Chuleta de lomo con tomate provenzal Pan blanco Natillas
HIPERPROTEICA	Macarrones con atún Pollo asado con berenjena Lechuga Pan blanco 60 gr Melocotón almíbar	Hervido de acelgas Platija con arroz pilaff Lechuga Pan blanco 60 gr Natillas
SIN GLUTEN	Crema de calabacín Pollo asado con berenjena asada Ensalada Pan sin gluten Fruta	Hervido de acelgas Platija con patatas fritas (aceite limpio) Lechuga Pan sin gluten yogur
HEMORRAGIAS OCULTAS	Crema de calabacín Plato de queso fresco Yogur natural Pan integral	Sopa de pasta Berenjenas a la crema Natillas Pan integral
F.M.	Crema de calabacín Merluza a la vasca Pan de viena Melocotón almíbar Ensalada de tomate de bote	Sopa de pasta Platija con arroz pilaff Pan de viena Natillas
BAJA GRASA	Crema de calabacín Pollo plancha Melocotón almíbar/ ensalada	Hervido de acelgas Platija c/ arroz pilaff Yogur desnatado/ Ensalada
PROTEC. BILIAR	Crema de calabacín Pechuga con berenjena asada Pan blanco Melocotón almíbar	Crema verduras Platija con arroz pilaff Pan blanco Compota
TURMIX	Crema de calabacín Tx ternera, verdura y arroz Manzana asada	Crema de verduras Tx merluza, patata, zanahoria y arroz Natillas
INFANTIL COMIDA		CENA
BASAL	Olla fresca	Hervido de niños
	Macarrones c/ atún	Crema de verduras
	Crema de calabacín	Sopa de pasta
	Merluza vasca	Chuleta de lomo con tomate asado
	Pollo asado con berenjena	Jamoncitos con patatas fritas
	Ensalada completa c/ alcachofas	Platija con patatas fritas
	Fruta / almibar	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Crema de calabacín Pechuga	Sopa de pasta Halibut con arroz pilaff

	Almíbar/ Pan 60gr	Natillas/ Pan 60 gr
F.M.	Crema de calabacín Pechuga plancha Almíbar/ viena	Sopa de pasta Platija con zanahoria Natillas/ viena
TURMIX +2º	Tx guiso pollo Pechuga c/ pat asadas yogur	Tx merluza, patata, zanahoria y arroz Platija c/ pat fritas yogur

Postre igual que la turmix con 2º plato

B. NO CARNE

	Macarrones C/ Atún Merluza vasca Ensalada/fruta	H. de acelgas Panga horno c/ arroz pilaff Ensalada/ natillas
URGENCIAS Ingresos	Crema de calabacín Pechuga Ensalada y fruta	Sopa de pasta Platija Ensalada y fruta

JUEVES 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Estofado de ternera	Crema de champiñón
	Sopa de pasta	Sopa cubierta
	Arroz con tomate	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Albóndigas riojana	Surtido de fritos
	Huevos escalfados con pimiento	Jamón de pavo y queso
	Dorada horno	Bacalao vizcaina
	Fruta / yogur	Pan de calatrava / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Sopa de pasta	Guiso de pescasco con patata y zanahoria
	Dorada horno	Jamón de pavo y queso
	Yogur desnatado/pan (60gr)	Manzana natural/Pan (60 gr)
SEMIB	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Dorada horno	Jamón de pavo y queso fresco
	Yogur desnatado/Pan (30g)	Membrillo/ Pan (30grs)
SEMILIQ	Sopa de pasta	Crema de champiñón
	Yogur desnatado	Manzana asada
PROTECC GASTRICA	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Dorada horno	Jamón de pavo y queso fresco
	Flan	Membrillo
ASTRINGENTE	Sopa de pasta	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Dorada horno	Jamón de pavo y queso fresco
	Manzana natura	Membrillo
DIABÉTICO 2500	Sopa de pasta	Crema champiñón
	Albóndigas riojana	J. de pavo y Q. fresco
DIABÉTICO 2000	Sopa de pasta	Crema de champiñón
	Dorada horno	Bacalao horno
DIABÉTICO 1600	Sopa de pistones	Crema de champiñón
	Dorada	Jamón de pavo y queso fresco
ELECCIÓN DIABÉTICO	Arroz con tomate	Sopa cubierta
	Huevos escalfados	Bacalao horno
DIABÉTICO 1200	Ensalada completa	Hervido niños
	Dorada	jamón de pavo y queso fresco
DIABÉTICO 800	Ensalada completa	Hervido niños
	Dorada	jamón de pavo y queso fresco
VEGETARIANA	Arroz con tomate	Crema champiñón
	Huevos Escalfados con pimientos en tiras	Verduras plancha con queso fresco
	Ensalada/ fruta	Ensalada/ pan de calatrava
40 gr PROTEINA	Arroz cubana	Verduras plancha
	Huevos escalfados	Croquetas
	Manzana asada/pan (30gr)	Compota/ pan (30gr)
60 gr PROTEINA	Sopa de pasta	Crema de champiñones

	Dorada	Croquetas 5 (100 gr) Ensalada
	Lechuga/ almibar Pan (60 gr)	Manzana asada/Pan (60 gr)
90 gr proteina	Sopa de pasta espesa Dorada horno lechuga/ almibar Pan (60 gr) Pera/ Pan (60gr)	Crema de champiñón Jamón de pavo y queso fresco Lechuga Compota/ Pan (60grs)
HIPERPROTEICA	Estofado de ternera Huevos escalfados + pimientos Lechuga Yogur/Pan blanco 60 gr	Sopa cubierta Jamón de pavo y queso fresco Ensalada Pan de calatrava/Pan blanco 60 gr
SIN GLUTEN	Arroz con tomate Huevos escalfados+pat. Fritas ac.limpio Ensalada Fruta/Pan sin gluten	Verdura plancha Bacalao horno Lechuga Fruta/Pan sin gluten
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de pasta Arroz salteado con champiñón Yogur natural/ pan integral	Sopa cubierta Verduras plancha pan de calatrava/pan integral
F.M.	Arroz con tomate Huevos Escalfados con pimientos Pan de viena / yogur	Crema de champiñón Jamón de pavo y queso fresco Pan de viena / pan calatrava
BAJA GRASA	Sopa de pasta Dorada horno Fruta/ ensalada	Guiso de pescado solo patata y zanahoria pavo y queso Compota
PROTEC. BILIAR	Sopa de pasta Dorada horno Pan blanco/ Manzana asada	Guiso de pescado con patata y zanahoria 1 Jamón de pavo y 1 queso fresco Pan blanco/ Compota
TURMIX	Turmix de estofado de ternera Tx guiso pollo Yogur	Crema de champiñón tamizada Tx de bacalao, verdura, arroz Pan calatrava

INFANTIL

COMIDA

CENA

BASAL	Estofado de ternera	Crema de champiñón
	Sopa de pasta	Sopa cubierta
	Arroz con tomate	Guiso de pescado con patata y zanahoria
	Albóndigas riojana	Surtido de fritos
	Huevos escalfados con pimientos	Jamón de pavo y queso
	Dorada horno (FT)	Bacalao horno
	Fruta / yogur	Pan de calatrava / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Guiso de pollo Dorada yogur desnatado Viena	Sopa cubierta Pavo y queso fresco Manzana natural Viena
F.M.	Guiso de pollo	Sopa cubierta

TURMIX +2º	Mortadela y quesitos yogur Pan blanco Tx. guiso de pollo mortadela + quesitos yogur sabor	Jamon de pavo y queso Fruta tx Pan blanco P. variado de pescado croquetas + pat. Fritas yogur de sabor
------------	--	---

Postre igual que la turmix con 2º plato

B. NO CARNE	Arroz con tomate Huevo escalfados c/pimiento Ensalada Pan blanco/ Fruta	Crema de champiñón Bacalao horno Ensalada Pan blanco/ Pan de calatrava
URGENCIAS	Sopa de pistones Albondigas riojana	Crema de champiñón Jamon de pavo y queso

VIERNES 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Olla gitana	Coliflor con bechamel
	Fideuá	Crema de ave
	Crema de verdura natural	Sopa de arroz
	Ensalada completac/ atun	Salmón plancha c/ judías aliñadas
	Bacaladilla a la andaluza	Salchichas frankfurt con patatas fritas
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla de calabacín
	Fruta / flan	Fruta / Yogur
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Crema de verduras natural	Sopa de arroz
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla francesa
	Manzana natural/ pan 60g.	Yogur desnatado/ pan 60g.
SEMIB	Crema de verduras natural	Sopa de arroz
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla francesa
	Compota de pera/ pan 30g	Yogur desnatado/ pan 30g.
SEMILIQ	Crema de verduras	Sopa de pasta
	Compota de pera	Yogur desnatado
PROTECC GASTRICA	Crema de verduras natural	Sopa de arroz
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla francesa
	Flan	Yogur desnatado
ASTRINGENTE	Sopa de sémola	Sopa de arroz
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla francesa
	Manzana natural	Yogur natural desnatado
DIABÉTICO 2500	Olla gitana	Coliflor con bechamel
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla de calabacín
	fruta/ ensalada	fruta / ensalada
DIABÉTICO 2000	Olla gitana	Coliflor con bechamel
	lomo asado	Tortilla de calabacín
	fruta / ensalada/ pan 30gr.	fruta / ensalada
DIABÉTICO 1600	Olla gitana	Crema de ave
	Lomo en su jugo 70gr.	Tortilla de calabacín
	fruta / ensalada/ pan 30gr.	ensalada / yog. Desnatado
ELECCIÓN DIABÉTICO	Fideuá	Sopa de arroz
	Ensalada completa c/ atun	Salmón con judías
	yog. Desnatado / pan 30gr.	ensalada / fruta
DIABÉTICO 1200	Sopa de sémola	Hervido niños
	Lomo en su jugo 95gr.	Tortilla francesa de 1 huevo
	fruta/ensalada/pan30gr.	fruta
DIABÉTICO 800	Consomé	Hervido niños
	Lomo en su jugo	tortilla francesa de 1 huevo

	yog. Desnatado /toast	fruta/ toast
VEGETARIANA	Olla gitana Ensalada completa sin atún Fruta / p. integral	Coliflor con bechamel Tortilla calabacín Ensalada y fruta
40 gr PROTEINA	Olla gitana 2 aguas Ensalada completa (sin proteina) Fruta y pan 30 g.	Crema de ave Coliflor con bechamel Ensalada Fruta y pan 30g.
60 gr PROTEINA	Olla gitana 2 agua queso fresco m. asada Pan blanco 60 gr	Sopa de arroz espesa Tortilla francesa 1 huevo Pan blanco 60 gr y membrillo
90 gr proteina	Olla gitana (2 aguas) queso fresco m. asada Pan blanco	Sopa de arroz espesa Tortilla de calabacín Ensalada Pan blanco/ membrillo
HIPERPROTEICA	Olla gitana 2 aguas Lomo asado con patata vapor Ensalada Pan blanco 60 gr/ flan	Coliflor con bechamel Salmón Ensalada de lechuga Pan blanco 60 gr/ fruta
SIN GLUTEN	Olla gitana Lomo asado con patata vapor Ensalada Pan sin gluten/ Fruta	Sopa de arroz Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Pan sin gluten/ yogur
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de sémola Plato de queso fresco Flan Pan integral	Sopa de arroz Tortilla de calabacín Yogur Pan integral
F.M.	Crema castellana tamizada Bacaladilla andaluza Pan de viena/ flan Ensalada de tomate bote	Sopa de arroz Tortilla de calabacin Pan de viena/ compota
BAJA GRASA	Crema de verduras Lomo en su jugo	Sopa de arroz Tortilla de 1 huevo
	Manzana asada/ ensalada	Yogur desnatado / ensalada
PROTEC. BILIAR	Crema de verduras natural f. merluza horno con patatas vapor m. asada	Sopa de arroz platija c/ judías aliñadas
	Pan blanco 60 gr	Pan blanco 60 gr/ yogur desnatado
TURMIX	Crema de verduras Tx cerdo+ verduras+arroz Flan	Crema de ave tamizada Tx merluza + verduras Compota
	INFANTIL COMIDA	CENA
BASAL	Olla gitana	Hervido de niños
	Fideuá	Crema de ave

	Crema de verdura natural	Sopa de arroz con pollo
	Ensalada completa c/ atun	Salmón plancha con judías
	bacaladilla a la andaluza con patatas fritas	Salchichas frankfurt con patatas chips
	Lomo en su jugo con patatas vapor	Tortilla de calabacín
	Flan / fruta	Fruta / Yogur
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Guiso de pollo Lomo en su jugo con patatas vapor Compota Viena	Sopa de arroz Tortilla francesa yogur desnatado Viena
F.M.	Guiso de pollo york + q. lonchas flan Pan blanco 60 g	Sopa de arroz Tortilla de calabacín Pátano Pan blanco 60g
TURMIX +2º	tx. guiso pollo f. merluza horno con patatas vapor	Tx de merluza con verduras Tortilla de calabacín
	yogur sabor	Yogurt sabor
TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA	Postre igual que la turmix con 2º plato	
B. NO CARNE	Olla gitana bacaladilla Ensalada Flan/ Pan blanco	Coliflor con bechamel Tortilla de calabacín Ensalada Fruta/ Pan blanco
URGENCIAS	Crema de verduras Lomo en su jugo 70gr.	Sopa de arroz Tortilla francesa
	fruta/ensalada	Ensalada, Fruta

SABADO 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Arroz con pavo Patatas marinera Sopa de pasta Ensalada completa con espárgos Magra con tomate Perca horno con calabacín Fruta / yogur Ensalada y pan (60 gr)	Revuelto de trigueros Sopa de marisco Crema de arroz y zanahoria Hamburguesa con patatas asadas caballa horno Ternera asada con salsa Arroz con leche / fruta Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Sopa de pasta Perca horno con calabacín Manzana asada/Pan blanco (60 gr)	Crema de arroz y zanahoria Ternera asada con salsa manzana natural/Pan blanco (60 gr)
SEMIB	Sopa SOLO pasta Perca horno con zanahoria Manzana asada/Pan blanco (30 gr)	Crema de arroz y zanahoria Ternera asada con patata asada Compota de pera/Pan blanco (30 gr)
SEMILIQ	Sopa de SOLO pasta Manzana asada	Crema de arroz y zanahoria Yogur desnatado
PROTECC GASTRICA	Sopa SOLO pasta Perca horno con calabacín Manzana asada	Crema de arroz y zanahoria Ternera asada con salsa suave Arroz con leche
ASTRINGENTE	Sopa SOLO pasta Perca horno con zanahoria Manzana asada/ pan	Crema de arroz y zanahoria ternera plancha Yogur natural desnatado
DIABÉTICO 2500	Arroz con pavo Ensalada completa c/ espárragos Fruta, pan 30grs	Sopa de marisco caballa horno fruta / ensalada
DIABÉTICO 2000	Arroz con pavo Ensalada completa c/ espárragos Fruta, pan 30grs	Sopa de marisco caballa horno fruta / ensalada
DIABÉTICO 1600	Arroz con pavo Ensalada completa c/ espárragos Fruta, pan 30grs	Revuelto de trigueros caballa horno yogur desnatado/ ensalada
ELECCIÓN DIABÉTICO	Sopa de pasta Perca horno con calabacín horno Ensalada, yogur desnatado	Sopa de marisco Hamburguesa fruta / ensalada
DIABÉTICO 1200	Sopa de pasta Ensalada completa c/ espárragos fruta / toast	Revuelto de trigueros caballa horno 120gr. fruta / toast
DIABÉTICO 800	Sopa de pasta Ensalada completa c/ espárragos yogur desnatado/toast	Revuelto de trigueros caballa horno 120gr. fruta / toast
VEGETARIANA	Macarrones c/ verduras calabacín horno Fruta /ensalada	Crema de arroz y zanahoria Menestra aliñada con patatas asadas Ensalada/ Arroz con leche
40 gr PROTEINA	Patatas marinera	Crema de arroz y zanahoria

	Ensalada completa c/ espárragos Pan blanco 30 gr/Fruta	Menestra aliñada Ensalada Pan blanco 30 gr/ Fruta
60 gr PROTEÍNA	Sopa SOLO pasta perca horno c/ calabacín Ensalada Pan blanco 60 gr/ Manzana asada	Crema de arroz y zanahoria Hamburguesa c/ patata asada compota / ensalada Pan blanco 60 gr
90 gr proteína	Arroz con pavo perca horno c/ calabacín Pan blanco Manzana asada	Revuelto de trigueros Hamburguesa c/patata asada Ensalada Pan blanco Arroz con leche
HIPERPROTEICA	Arroz con pavo Ensalada completa c/ espárragos Pan blanco 60 gr Yogur	Sopa de marisco Hamburguesa con patata asada Ensalada de lechuga Pan blanco 60 gr Arroz con leche
SIN GLUTEN	Arroz con pavo aceite limpio Ens. Completa c/ espárragos s/ maíz Pan sin gluten Fruta	Hervido de niños caballa horno Ensalada de lechuga Pan sin gluten Arroz con leche
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de pasta Plato de queso fresco Yogur natural Pan integral	Sopa de pasta Huevos escalfados Arroz con leche Pan integral
F.M.	Arroz con pavo perca horno Pan de viena Manzana asada Ensalada de tomate de bote	Sopa de marisco Hamburguesa con patata asada Pan de viena Arroz con leche
BAJA GRASA	Sopa de pasta perca horno Fruta / ensalada	Revuelto de trigueros Ternera asada con patata asada Compota / ensalada
PROTEC. BILIAR	Sopa SOLO pasta perca horno c/ calabacín m. asada Pan blanco 60 gr	Crema de arroz y zanahoria platija horno Pan blanco Compota de pera
TURMIX	Sopa SOLO pasta Tx guiso de pollo Manzana asada	Crema de arroz y zanahoria Tx huevo+calabacín+pollo+patata arroz c/ leche

INFANTIL

COMIDA

CENA

BASAL	Arroz con pavo	Sopa de pasta con pollo
	Patatas marinera	Sopa de marisco
	Sopa pasta	Crema de arroz y zanahoria
	Ensalada completa c/ espárragos	Hamburguesa con patatas asadas
	Magra con tomate	caballa horno

	perca horno con calabacín	Ternera asada con salsa
	Fruta / yogur	Arroz con leche / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Guiso de pollo perca horno m. asada Viena	hervido de niños ternera asada en salsa pera Viena
FM	Guiso de pollo 1/2 mero horno Manzana asada Pan blanco 60g	sopa de marisco Hamburguesa con patatas asadas arroz c/ leche Pan blanco 60g
TURMIX	Puré variado de pollo 1/2 percahorno yogur	p. variado de pescado Hamburguesa con patata asada yogur
TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA Postre igual que la turmix con 2º plato		
B. NO CARNE	Patatas marinera Perca con calabacin Ensalada Fruta y pan 60g.	Revuelto de trigueros caballa horno Ensalada Arroz con leche y pan blanco 60g.
URGENCIAS	Sopa de pasta Perca horno fruta / ensalada	Crema de arroz y zanahoria Ternera asada con salsa fruta / ensalada

DOMINGO 2

	COMIDA	CENA
BASAL	Sopa de cocido	Hervido de judías verdes
	Canelones	Sopa de pasta
	Puré de patatas natural	Crema potirón
	Pollo asado con salsa	Croquetas y calamares rebozados
	Cocido	Rollitos de york c/ queso y pat. Fritas
	Trucha horno	Merluza horno con guisantes salteados
	fruta / almíbar	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Sopa de pasta	Hervido de judías verdes
	Pollo asado con salsa	Merluza horno con patatas vapor
	Melocotón en almíbar	Natillas
	Pan blanco (60 gr)	Pan blanco (60 gr)
SEMIB	Puré de patatas natural	Sopa de pasta
	Pechuga con arroz pilaff	Merluza con patata vapor
	Melocotón almíbar	Natillas
	Pan blanco (30 gr)	Pan blanco (30 gr)
SEMILIQ	Puré de patatas natural	Crema potirón
	Melocotón en almíbar	Natillas
PROTECC GASTRICA	puré de patatas natural	Hervido de judías verdes
	Pechuga plancha	Merluza horno con patatas vapor
	Melocotón almíbar	Natillas
ASTRINGENTE	Puré de patatas natural	Sopa de estrellas
	Pechuga plancha con arroz pilaff m. asada	Merluza horno con patatas vapor
		Membrillo
DIABÉTICO 2500	Sopa de cocido	Judías verdes hervidas
	Cocido murciano	Rollitos de york c/ queso y guisantes
	Fruta/pan pequeño/ ensalada	Fruta / ensalada/ pan pequeño
DIABÉTICO 2000	Sopa de pasta	Judías verdes hervidas
	pollo asado	Rollitos de york c/ queso y guisantes
	Fruta/pan pequeño/ ensalada	Fruta / ensalada/ pan pequeño
DIABÉTICO 1600	Sopa de cocido	Hervido de judías verdes
	Pollo asado	Merluza horno
	fruta /ensalada	yogur desnatado / ensalada
ELECCIÓN	Puré de patatas	Sopa de pasta
DIABÉTICO	Trucha horno	Rollitos york y queso
	yogur desnatado / ensalada	fruta /ensalada
DIABÉTICO 1200	Ssopa de cocido	Hervido de judías verdes s/ patata
	Pechuga 120gr.	Merluza horno 115gr.
	fruta /ensalada	fruta /ensalada
DIABÉTICO 800	Consomé pollo	Hervido de judías verdes s/ patata
	Pechuga plancha 90gr.	Merluza horno 115gr.
	yogur desnatado	fruta
VEGETARIANA	Puré de patatas natural	Hervido de judías verdes
	Berenjenas a la crema	guisantes salteados
	Ensalada	Ensalada
	Melocotón en almíbar	Natillas

40 gr PROTEINA	Sopa de cocido Berenjenas a la crema Ensalada Pan blanco 30 gr Fruta	Hervido de judías verdes s/ patata 1/2 ración de calamares Ensalada Pan blanco 30 gr Fruta
60 gr PROTEINA	Sopa cocido Trucha c/ arroz pilaff Pan blanco 60 gr Melocotón almíbar	Hervido de judías verdes Croquetas c/calamares romana Pan blanco 60 gr Pera
90 gr proteína	Sopa de cocido Pollo asado con salsa Ensalada (remojo 2 horas) Pan blanco Melocotón almíbar	Hervido de judías verdes (espeso) Rollitos de york c/ queso y pat. Vapor Pan blanco Natillas / fruta
HIPERPROTEICA	Sopa de cocido Pollo asado Ensalada de lechuga Pan blanco 60 gr Melocotón almíbar	Hervido de judías verdes Merluza horno c/ guisantes salteados Ensalada Pan blanco 60 gr Natillas
SIN GLUTEN	Puré de patatas natural Pollo asado Ensalada Pan sin gluten melocotón almíbar	Hervido de judías verdes Merluza horno con guisantes Ensalada de lechuga Pan sin gluten Fruta /
HEMORRAGIAS OCULTAS	Sopa de cocido Berenjenas a la crema Yogur natural Pan integral	Hervido de judías verdes Huevos fritos Natillas Pan integral
F.M.	Canelones Trucha horno con arroz pilaff Pan de viena almíbar Ensalada de tomate de bote	Hervido de judías verdes Croquetas Pan de viena Natillas
BAJA GRASA	Puré de patatas natural Pechuga plancha Melocotón almíbar / ensalada	Hervido de judías verdes Merluza horno c/ guisantes salteados Yogur desnatado / ensalada
PROTEC. BILIAR	Puré de patatas natural Pollo asado (sin piel) m. asada Pan blanco 60 gr	Hervido de judías verdes Merluza horno con guisantes Pan blanco 60 gr Yogur desnatado
TURMIX	Puré de cocido Tx ternera + verduras Fruta turmix	Crema potirón Tx merluza+ verduras+arroz Natillas
INFANTIL		
COMIDA		CENA
BASAL	Sopa de cocido	Hervido de judías verdes
	Canelones	Sopa de pasta
	Puré de patatas natural	Crema potirón

	Pollo asado	Croquetas y calamares rebozados
	Cocido	Rollitos de york y queso c/ pat. Fritas
	Trucha horno c/ patatas chips	Merluza horno con guisantes salteados
	yogur / almibar	Natillas / fruta
	Ensalada y pan (60 gr)	Ensalada y pan (60 gr)
BLANDA	Sopa de pasta Pechuga Melocotón en almíbar Pan blanco (60 gr)	Crema potirón Merluza horno con patata vapor Natillas Pan blanco (60 gr)
F.M.	Canelones pechuga plancha Fruta por turmix Pan de viena	Crema potirón Rollitos de york y queso Natillas Pan de viena
TURMIX +2º	tx. guiso de pollo mortadela + quesitos yogur	tx. merluza+verduras+arroz Rollitos de york y queso yogur
TURMIX PURÉ VARIADO: POLLO EN COMIDA Y PESCADO EN CENA Postre igual que la turmix con 2º plato		
NO CARNE	Pure de patata Trucha horno c/arroz pilaf fruta Ensalada	Hervido de judías Merluza horno c/guisantes salteados Natillas caseras Ensalada
URGENCIAS E INGRESOS	Pure de patata Pollo asado Ensalada Fruta	Hervido de judías Merluza horno Ensalada Fruta

COMIDAS

LENTEJAS ESTOFADAS

Agua	250 ml
Lentejas	80 gr.
Zanahorias	25 gr.
Patatas	80 gr.
Cebolla	50 gr.
Cabeza de ajo	1
Laurel	1 hoja
Vino	25 ml.
Aceite de oliva	10 ml.
Infusión de clavo y pimienta en grano	8 g

ESTOFADO DE MAGRA

Magra cerdo tacos	80 gr
Patatas	140 gr
Cebolla	50 gr
Zanahoria	25 gr
Vino tinto	25 ml
Aceite de oliva	9 ml
Ajos	5 gr
Laurel	

SOPA DE TAPIOCA

Tapioca	25 gr
Pollo	60 gr
Colorante	
Caldo de pollo	250 ml

CAZÓN ADOBO

Cazón	160 gr
Harina	10 gr
Aceite de oliva	10 ml
Ajo	5 gr
Pimentón	2 gr
Agua	20 ml
Vinagre	80 ml
Orégano	
Aceite girasol para freír	

PLATILLO HORNO CON ZANAHORIA BABY

Platillo	180 gr
Laurel	

CENAS

HERVIDO MIXTO/MENESTRA

Judías verdes	80 gr.
Menestra	80 gr.
Patatas	50 gr.
Aceite de oliva	9 gr.
Calabacín	40 gr.
Agua	250 ml

CREMA DE CALABACÍN

Puerro	50 gr
Patata	100 gr
Calabacín	120 gr
Agua	250 ml
Aceite	9 ml

SOPA DE POLLO CON PASTA

Fideos	30 gr
Pollo	60 gr
Ajo	5 gr
Perejil	
Colorante	
Caldo de pollo	250 ml

LOMO ASADO EN SU JUGO

Lomo asado	140 gr
Harina maíz	1 gr
Caldo pollo	100 ml
BRESA:	
Cebolla	10 gr.
Puerro	10 gr.
Zanahoria	10 gr.
Tomate natural	10 gr.
Vino blanco	20 dcl.
BERENJENA ASADA:	
Berenjena	70 gr
Aceite de oliva	7 gr

TORTILLA YORK

Huevo	120 ml
-------	--------

FICHAS TÉCNICAS DE PLATOS

Ajo	5 gr
Aceite oliva	7 ml
Vino blanco	10 ml
GUARNICIÓN	
Zanahoria baby	60 gr
Aceite oliva	7 ml

Jamón york	40 gr
Aceite oliva	20ml

BOQUERONES FRITOS

Boquerón congelado	140 gr
Aceite girasol para freír	

CHAMPIÑÓN SALTEADO

Champiñón	60 gr
Ajo	5 gr
Aceite oliva	9 ml

REDONDO DE PAVO CON EN SALSA

Redondo de pavo	140 gr.
Cebolla	10 gr.
Puerro	10 gr.
Zanahoria	10 gr.
Tomate natural	10 gr.
Vino blanco	20 dcl.
Guisantes cocidos	10 gr.
Pimiento rojo en cuadritos	10 gr.
Aceite de oliva	5gr

ENSALADA BÁSICA COMIDA

Lechuga	60 gr
Tomate	60 gr
Vinagre monodosi	
Aceite monodosi	

ARROZ CON LECHE

Arroz	27 gr
Leche semidesnatada	190 ml
Azúcar	34 gr
Canela rama	2 gr
Canela polvo	2 gr
Limón	4 gr
Naranja	4 gr

ENSALADA BÁSICA CENA

Lechuga	60 gr
Maíz	40 gr
Vinagre monodosi	
Aceite monodosi	

ENCEBOLLADO MURCIANO

ESPAGUETIS O MACARRONES BOLOÑESA

Espaguetis ó macarrones	80 gr..
Queso rallado	20 gr.
Mantequilla ó margarina	5 gr.
Agua	280 gr

Cebolla	50 gr.
Tomate	120 gr.
Carne de ternera picada	50 gr.

Judías verdes	200 gr.
Cebolla	50 gr.
Patatas	40 gr.
Pimiento rojo	10 gr.
Aceite de oliva	9 gr.
Agua	250 ml

CREMA DE VERDURAS

Judía plana	40 gr
Guisantes	15 gr
Cebolla	50 gr

Ajos 5 gr
Laurel 1 hoja
Aceite de oliva 10 gr.
Nuez moscada
Pimienta molida

Zanahoria 30 gr
Calabacín 60 gr
Patata 60 gr
Agua
Aceite oliva

SOPA DE ARROZ

Arroz vaporizado
Pollo
Ajo
Pereril
Colorante
Caldo de pollo

CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO

Patatas 140 gr
Fideua pasta 10 gr
Alcachofa 30 gr
Guisantes 20 gr
Filete merluza s/ piel 70 gr
Mejillón cocido pelado 10 gr
Almeja vasca 20 gr
Cebolla 50 gr
Pimiento rojo 30 gr
Tomate triturado 25 gr
Aceite oliva 9 ml
Ajo 5 gr
Laurel
Vino blanco 25 ml
Colorante

CREMA ESPÁRRAGOS

Agua 250 ml
Harina 5 gr
Aceite oliva 5 ml
Deshidratado 20 gr
Pimienta molida

SALMÓN A LA PLANCHA CON JUDÍAS

LOMO PLANCHA

Lomo 170 gr
Perejil
Aceite oliva 7 ml

MENESTRA ALIÑADA (GUARNIC)

Menestra congelada 60 gr
Aceite oliva 7 ml

PERCA HORNO CON PATATA ASADA

Perca filete 180 gr
Aceite 7 ml
Vino 15 ml

Salmón congelado 180 gr.

Aceite de oliva 7 gr.

Perejil picado 1 pizca

ARROZ PILAFF

Arroz vaporizado

Agua 80 gr

Ajo 160 ml

Cebolla 5 gr

Laurel 25 gr

Perejil

Aceite oliva

ALBÓNDIGAS RIOJANAS

Aceite 9 ml

Ajo 5 gr

Albóndigas 210 gr

Cebolla 25 gr

Champiñon lata 20 gr

Guisantes 15 gr

Harina maíz 5 gr

Pimiento rojo 10 gr

Tomate triturado 25 gr

Vino blanco 25 ml

Zanahoria 25 gr

Caldo pollo 10 ml

MUSLITOS DE POLLO EN PEPITORIA (1 RACIÓN)

Muslitos de pollo 200gr

Cebolla 25gr

Almendra 10gr

Huevo duro 20gr

Caldo de pollo casero 100 ml

Vino blanco 25 ml

Aceite de oliva 10 ml

Ajo 1 gr

Azafrán de pelo una pizca

Perejil una pizca

Maizena para espesar

Laurel

Limón rodaja 10 gr

Ajo 5 gr

PATATA ASADA (GUARNICIÓN)

Patata 100 g

Aceite 7 ml

Pimienta molida

SURTIDO DE FRITOS

Empanadillas atún congelada 2 ud

Palitos merluza congelado 2 ud

Croquetas 3 ud

Aceite girasol para freír

HERVIDO DE ACELGAS

Acelgas frescas 250 gr

Patatas 40 gr.

Aceite de oliva 9 gr.

Vinagre 1 ml

Agua 200 ml

GUISO DE PESCADO CON PATATA Y ZANAHORIA

Perca 70 gr

Patata 140 gr

Zanahoria 40 gr

Agua 250 ml

Aceite oliva 9 ml

Laurel

Colorante

SOPA DE SÉMOLA

Sémola trigo 30 gr

Pollo 60 gr

Caldo de pollo 250 ml

Colorante

TRUCHA AL HORNO

MELOCOTÓN ALMÍBAR

Melocotón almíbar 2 ud

Trucha limpia fresca 200 gr
Cebolla 30 gr.
Tomate troceado 30 gr.
Ajo laminado 5 gr.
Vino blanco 20 ml
Aceite de oliva 9 ml

ALUBIAS ESTOFADAS

Agua 250 ml
Alubias 80 gr.
Patatas 80 gr.
Zanahoria 25 gr.
Ajo 2 gr

SOFRITO

Cebolla 50 gr.

Ajo 3 gr
Laurel 1 hoja
Vino blanco y tinto 25 ml
Aceite de oliva 10 ml.
Infusión de clavo y pimienta en grano

GUISO POLLO MURCIANA

Pollo 80 gr
Patata 80 gr
Zanahoria 30 gr
Tomate triturado 20 gr
Cebolla 30 gr
Ajo 3 gr
Aceite de oliva 9 ml
Judías verdes 15 gr
Agua 250 ml
Pimiento rojo 20 gr

PECHUGA EMPANADA

Pechuga filete 180 gr
Aceite girasol freir
Harina 15 gr
Huevo líquido 20 gr
Pan rallado 15 gr

JAMÓN PAVO Y QUESO FRESCO

Jamón de pavo 100 Gr
Queso fresco 40 Gr

NATILLAS

Leche semidesnatada 190 ml
Natilla polvo 14 gr
Canela rama 2 gr
Azúcar 20 gr
Galleta maría 1 ud
Limón 4 gr
Naranja 4 gr

TERNERA EN SALSA (1 RACIÓN)

Ternera fresca 170 gr
Zanahoria rodajas 40 gr
Champiñón 20 gr
Guisantes 20 gr
Cebolla 50 gr

SOPA MINISTRONE

Verdura deshidratada 20 gr.
Verdura natural:
Puerros 15 gr.
Calabacín 25 gr.
Apio 10 gr.

Laurel 1 hoja
Pimienta grano 1 gr
Ajo cabeza 5 gr
Aceite de oliva 10 ml
Vino tinto 25 ml
Harina maíz para espesar

MERLUZA HORNO CON ZANAHORIA

Merluza filete c/ piel 180 gr.
Ajos 5 gr
Aceite oliva 9 ml
Laurel hoja

ZANAHORIA BABY- GUARNICIÓN

Zanahoria baby 60 gr
Aceite oliva 7 ml

MAGRA EMPANADA

Lomo 100 gr
Harina 15 gr
Huevo líquido 20 gr
Pan rallado 30 gr
Aceite de girasol para freír

PATATAS FRITAS (GUARNICIÓN)

Patatas 120 gr
Aceite girasol para freír

PAELLA MIXTA

Arroz vaporizado 80 gr.
Pollo troceado 125 gr.
Calamares 15 gr.
Mejillones 10 gr.
Gambas 10 gr.
Tomates 25 gr.
Pimientos 40 gr.
Ajo 5 gr
Perejil 1 pizca
Aceite de oliva 10 ml.
Caldo de pescado ó pollo casero ¾ l.

Zanahoria 25 gr.
Aceite de oliva 9 gr.
Pollo deshuesado 10 gr.
Pasta 20 gr.
Caldo de pollo casero 250 ml.

HERVIDO DE ALCACHOFAS

Alcachofa congelada 200 gr
Patata 50 gr
Cebolla 50 gr
Aceite oliva 9 ml
Vinagre 1 gr
Agua 200 ml

PURÉ PATATAS NATURAL

Patatas 250 gr
Aceite oliva 9 ml
Agua 100 gr

CALAMARES REBOZADOS

Anillas congeladas REBOZADAS 120 gr
Aceite girasol freír

CALAMARES REBOZADOS SIN SAL (ANDALUZA)

Calamar tubo /anilla congelada 120 gr
Harina 15 gr
Aceite girasol freír

TOMATE ASADO PROVENZAL (GUARNICIÓN)

Tomate rodaja 80 gr
Perejil
Aceite oliva 7 ml
Pan rallado 20 gr
Ajo 4 gr

HAMBURGUESA

Hamburguesa preelaborada 160 gr
Aceite 7 ml

Colorante alimentario

MACARRONES CON VERDURAS

Macarrones	65 gr
Cebolla	40 gr
Zanahoria	40 gr
Calabacín	50 gr
Puerro	15 gr
Apio	5 gr

Aceite oliva	9 ml
--------------	------

ENTREMESES (PLATO FIAMBRE)

Jamón york	60 gr
Mortadela	20 gr
Salchichón	15 gr
Chorizo	15 gr
Queso loncha	20 gr

LOMO HORNO = LOMO ASADO

ENSALADA COMPLETA CON QUESO

Lechuga	40 gr.
Pimiento verde	10 gr.
Maíz dulce	20 gr
Lombarda	20 gr.
Tallos de espárragos enlatados	40 gr.
Tomate	80 gr.
Huevo duro	30 gr.
Queso fresco	60 gr.
Limón	¼
Aceite de oliva monodosis	10 gr.
Vinagre monodosis	5 gr.

POTAJE DE ACELGAS

Agua	200 ml
Garbanzos	80 gr.
Acelgas	75 gr.

PAN DE CALATRAVA

Leche semidesnatad	120 gr
Pan blanco	20 gr
Azúcar	40 gr
Huevo líquido	50 ml
Canela	
Limón	

HERVIDO DE JUDIAS VERDES

Judías	200 gr.
Cebolla	50 gr.
Patatas	40 gr.
Aceite de oliva	9 gr.
Agua	200 ml

CREMA POTIRÓN

Calabaza totanera	80 gr
Patata	140 gr
Cebolla	50 gr
Aceite oliva	9 ml
Agua	200 ml

CABALLA EN ESCABECHE

Caballa limpia fresca	190 gr
Ajo entero	5 gr.
Laurel	1 hoja
Aceite oliva	10 ml
Vinagre	15 ml
Pimentón	1 pizca
Harina	2 gr
Pimentón molido	1 gr
Pan	10 gr

SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO

Arroz vaporizado	30 gr
Pollo	60 gr
Ajo	5 gr

Patatas 80 gr.

SOFRITO

Cebolla 50 gr.

Ajos 5 gr

Pimentón 1 pizca

Aceite de oliva 10 gr.

Tomate 25 gr.

MAJADO

Pan frito 10 gr.

Ajo frito 5 gr.

Huevo cocido 25 gr.

Cominos 1 pizca

CAZUELA DE FIDEOS CON COSTILLEJAS

Fideos gordo 10 gr

Agua 250 ml

Costillejas 80 gr

Patata 80 gr

Guisantes 10 gr

Judías verdes 20 gr

Cebolla 30 gr

Tomate triturado 20 gr

Aceite oliva 9 ml

Ajo 5 gr

Pimiento rojo 25 gr

Colorante

SOPA DE PESCADO EN BLANCO

Merluza filete sin piel 60 gr

Arroz vaporizado / fideos finos 30 gr

Aceite oliva 9 ml

Colorante

Fumet 250 ml

PERCA EN SALSA VERDE

Perca

Cebolla 180 gr

Guisantes 30 gr

Huevo cocido 20 gr

Perejil 20 gr

Harina trigo

Vino blanco 10 gr

Aceite oliva 25 ml

Ajo 7 ml

Perejil

Colorante

Caldo de pollo 250 ml

SALCHICHAS FRANKFURT

Salchichas frankfurt 5 ud

Aceite oliva 7 ml

SALCHICHAS FRESCAS

Salchichas frescas 160 gr

Vino blanco 25 ml

Aceite oliva 7 ml

TORTILLA DE CALABACIN

Patatas 100 gr.

Calabacín 50 gr.

Cebolla 40 gr.

Huevo líquido 120 gr.

Aceite de oliva 5 gr.

ESPINACAS SALTEADAS

Espinacas congeladas 250 gr

Cebolla 30 gr

Ajos 5 gr

Aceite de oliva 9 ml

PURÉ PATATAS Y ZANAHORIA

Patatas 200 gr

Puerro 50 gr

Zanahoria 50 gr

Aceite oliva 9 gr

Agua 100 ml

Fumet pescado 5 gr

TERNERA ASADA

Ternera 125 gr
BRESA:
Cebolla 10 gr.
Puerro 10 gr.
Zanahoria 10 gr.
Tomate natural 10 gr.
Vino blanco 20 dcl.

GUISO PERCA

Perca 80 gr
Patatas 140 gr
Ajo 5 gr
Cebolla 50 gr
Aceite 9 ml
Agua 250 ml
Fideo gordo 10 gr
Judia plana 20 gr
Guisantes 10 gr
Pimiento rojo 30 gr
Laurel, pimentón y colorante

SOPA SOLO PASTA

Pasta 30 gr
Caldo pollo /fumet 250 ml
Ajo 5 gr
Perejil
Colorante

CANELONES ROSSINI

Canelón congelado 3 ud
Tomate triturado 40 gr
Queso rallado 25 gr
Leche semidesnatada 125 ml
Harina 10 gr
Margarina 5 ml
Aceite oliva 5 ml
Pimienta molida
Nuez moscada

SOPA DE VERDURAS

Deshidratado de verduras 15 gr
Patatas 25 gr
Calabacín 25 gr
Zanahoria 25 gr
Puerros 15 gr
Apio 10 gr
Agua 250 ml
Fideos finos 15 gr
Aceite oliva 9 ml
Colorante

FILETE RUSSO EN SALSA

Hamburguesa 160 gr
Harina 10 gr
Aceite girasol freír
Caldo pollo 30 gr

SAN JACOBO

San jacobito congelado 2 ud
Aceite girasol freír

CALABACÍN (GUARNICIÓN)

Calabacín 70 gr
Aceite 7 ml

ENSALADA MURCIANA

Tomate troceado 220 gr.
Cebolla 5 gr.
Atún 30gr.

Aceitunas negras 10 gr.
Huevo duro 30 gr
Aceite de oliva 10 gr.

POLLO ASADO

Muslo de pollo 260 gr.
Tomate troceado 15 gr.
Vino blanco 20 ml.
Tomillo 1 pizca
Pimienta en grano 1 pizca
Perejil 1 pizca
Aceite de oliva 9 gr.
Ajos 5 gr.

BACALADILLA ANDALUZA

Bacaladilla fresca (3 ud) 180 gr
Harina 50 gr
Aceite freir

ARROZ CON CONEJO

Conejo 150 gr
Arroz vaporizado 80 gr
Pimiento 40 gr
Tomate 25 gr
Ajo 5 gr
Tomillo 1 pizca
Romero 1 pizca
Aceite de oliva 10 ml
Colorante alimentario

HERVIDO ACELGAS Y JUDÍAS

Acelgas naturales 150gr
Patatas 60gr
Judías verdes 60 gr
Cebolla 50gr
Aceite de oliva 9 ml
Vinagre 1 ml

SOPA ARROZ DE PESCADO

Arroz vaporizado 30 gr
Pollo 60 gr
Ajo 5 gr
Perejil
Colorante
Caldo de pollo 250 ml

CREMA CHAMPIÑÓN

Agua 250 ml
Harina trigo 8 gr
Aceite oliva 10 ml
Deshidratado champiñón 17 gr
Pimienta molida

TORTILLA ESPAÑOLA

Patatas 150 gr
Huevo líquido 120 ml
Aceite oliva 10 ml
Cebolla 30 gr

BACALAO VIZCAÍNA

PATATAS A LA MARINERA

Patatas	140 gr
Fideo gordo	10 gr
Judía plana	20 gr
Calamar congelado	20 gr
Perca	60 gr
Gamba pelada	15 gr
Mejillón limpio	10 gr
Cebolla	50 gr
Pimiento rojo	20 gr
Tomate triturado	20 gr
Ajo	5 gr
Laurel	
Aceite oliva	9 ml
Vino blanco	25 ml
Colorante	

MAGRA CON TOMATE

Magra tacos	160 gr
Tomate triturado	90 gr
Cebolla	20 gr
Pimiento rojo	40 gr
Ajo	5 gr
Aceite oliva	9 ml

MERLUZA HORNO

Merluza filete c/ piel	180 gr.
Ajos	5 gr
Aceite oliva	9 ml
Laurel hoja	

ZARANGOLLO

Calabacín	50 gr
Cebolla	50 gr
Patatas	50 gr
Huevo líquido	70 ml
Aceite oliva	7 ml

Bacalao	180 gr
Pimiento rojo	50 gr
Tomate triturado	100 gr
Cebolla	50 gr
Laurel	
Perejil	
Aceite oliva	9 ml
ajo	5 gr

ENCEBOLLADO MURCIANO

Judías verdes	200 gr.
Cebolla	50 gr.
Patatas	40 gr.
Pimiento rojo	10 gr.
Aceite de oliva	9 gr.
Agua	250 ml

CREMA DE AVE

Harina	15 gr
Aceite oliva	15 ml
Deshidratado crema ave	17 gr
Pollo	60 gr
Nuez moscada	
Pimienta negra molida	
Caldo de pollo	250 ml

CABALLA HORNO

Caballa	200 gr
Ajo	5 gr
Vino blanco	20 ml
Aceite oliva	7 ml
Laurel	

ENSALADA COMPLETA CON ESPÁRRAGOS

Lechuga	60 gr
Tomate rodaja	100 gr
Lombarda	20 gr
Espárragos blanco lata	40 gr
Maíz dulce	10 gr
Aceite monodosis	
Vinagre monodosis	

MACARRONES CON YORK

Macarrones	65 gr
Jamón york	30 gr
Aceite oliva	9 ml
Queso rallado	20 gr
Pimienta molida	
Nuez moscada	
Cebolla	15 gr

CREMA VERDURA NATURAL

Judía verde	40 gr
Guisantes	15 gr
Cebolla	50 gr
Zanahoria	30 gr
Calabacín	60 gr
Patata	60 gr
Aceite oliva	9 ml

MERLUZA ANDALUZA

Merluza	180 gr
Harina	10 gr
Aceite girasol freír	

BERENJENAS RELLENAS

Berenjena	100 gr
Queso rallado	30 gr
Carne picada	60 gr
Cebolla	50 gr
Tomate triturado	70 gr
Pimentón	
Ajos	5 gr
Aceite oliva	10 ml
Bechamel	150 ml

JUDÍAS ALIÑADAS

Judías verdes	90 gr
Aceite de oliva	7 gr

JAMONCITOS

Jamón york	100 gr
Harina	22 gr
Aceite oliva	12 ml
Margarina	10 gr
Leche semidesnatada	210 ml
Huevo líquido	20 ml
Pan rallado	20 gr
Harina	10 gr
Aceite girasol freír	

SOPA CUBIERTA

Fideo fino	30 gr
Pollo	60 gr
Ajo	5 gr
Perejil	
Colorante	
Caldo de pollo	250 ml
Huevo cocido	15 gr

COLIFLOR CON BECHAMEL

Coliflor congelada	200 gr
Queso rallado	20 gr
Leche semidesnatada	140 ml
Harina	15 gr
Aceite oliva	8 ml
Margarina	8 gr
Nuez moscada	
Pimienta molida	

REVUELTO DE TRIGUEROS

Huevo líquido	120 gr
Revuelto trigueros congelado	180 gr
Margarina	5 gr

Aceite oliva

10 ml

GUISANTES SALTEADOS /(GUARNICIÓN)

Guisantes	70 gr
Ajo	5 gr
Aceite	10 ml

ENSALADA MURCIANA

Tomate troceado	220 gr.
Cebolla	5 gr.
Atún	30gr.
Aceitunas negras	10 gr.
Huevo duro	30 gr
Aceite de oliva	10 gr.

PAELLA VERDURAS

Arroz vaporizado	80 gr
Judía verdes	30 gr
Guisantes	10 gr
Alcachofa congelada	30 gr
Coliflor fresca	30 gr
Calabacín	25 gr
Patata	30 gr
Pimiento rojo	25 gr
Ajo tierno fresco /congelado	15 gr
Aceite oliva	10 ml
Perejil	
Colorante	
Tomate triturado	25 gr

MARMITACO

Atún tacos	80 gr
Patata	140 gr
Fideo gordo	10 gr
Guisantes	10 gr
Judías verdes	20 gr
Cebolla	50 gr
Tomate triturado	25 gr
Pimiento rojo	30 gr
Ajo	5 gr
Laurel	
Aceite oliva	9 ml

SALMÓN A LA PLANCHA CON JUDÍAS

Salmón congelado	180 gr.
Aceite de oliva	7 gr.
Perejil picado	1 pizca

SOPA MARISCO

Calamar tubo congelado	20 gr
Perca	27 gr
Mejillón limpio	20 gr
Gamba pelada	20 gr
Cebolla	20 gr
Puerro	10 gr
Tomate triturado	10 gr
Vino blanco	5 ml
Aceite oliva	10 ml
Fideo fino	20 gr
Colorante	
Fumet pescado	250 ml

ROLLITO DE YORK

Jamón york longas	120 gr
Queso fresco	80 gr
Vino blanco	20 ml
Aceite oliva	7 ml

PATATAS CHIPS

Patatas de bolsa	30 gr
------------------	-------

Colorante

ESCALOPE TERNERA

Ternera	100 gr
Harina	15 gr
Huevo líquido	20 ml
Pan rallado	15 gr
Aceite girasol freir	

PISTO (GUARNICIÓN)

Calabacín	20 gr
Berenjena	20 gr
Cebolla	10 gr
Tomate triturado	40 gr
Pimiento rojo	10 gr
Ajo	3 gr
Pimentón	
Aceite oliva	15 ml
Comino	

OLLA FRESCA

Alubias secas	70 gr
Morcilla de arroz fresca	30 gr
Apio	5 gr
Arroz vaporizado	20 gr
Colorante	
Cerdo tacos	50 gr
Panceta cerdo	50 gr
Nabos	20 gr

MACARRONES CON ATÚN

Macarrones	65 gr
Tomate triturado	120 gr
Atún lata	35 gr
Queso rallado	30 gr
Cebolla	50 gr
Aceite oliva	10 ml
Ajo duro	5 gr

CREMA DE CALABACÍN

Calabacín	140 gr
Patata	100 gr
Puerro	50 gr
Aceite oliva	10 ml
Agua	

MERLUZA VASCA

Merluza	180 gr
Gamba pelada	15 gr
Almeja blanca	30 gr
Tallo espárrago lata	25 gr

BIZCOCHO TRADICIONAL

Huevos cascado	25 gr
Yogur	16 gr
Aceite	13 ml
Azúcar	19 gr
Harina	25 gr
Levadura polvo	1,2 gr
Gasesosa polvo	1,2 gr

TURMIX NATURALES

TERNERA CON VERDURA Y ARROZ

Ternera	85 gr
Patata	100 gr
Cebolla Pelada	30 gr
Puerros	30 gr
Calabacín	55 gr
Arroz común	20gr
Aceite oliva	9 ml

MERLUZA CON VERDURAS

FICHAS TÉCNICAS DE PLATOS

Guisantes	10 gr
Cebolla	30 gr
Vino blanco	15 ml
Ajo	5 gr
Perejil	
Harina	20 gr
Huevo cocido	30 gr
Aceite oliva	10 ml
Fumet pescado	60 ml

ENSALADA COMPLETA CON ALCACHOFAS

Lechuga romana	40 gr
Tomate	100 gr
Hoja de roble	30 gr
Alcachofa lata	40 gr
Huevo cocido	60 gr
Escarola	30 gr

Jamón york	30 gr
Aceite oliva monodosis	
Vinagra monodosis	

ESTOFADO TERNERA

Ternera	100 gr
Patatas	140 gr
Macarrones	10 gr
Zanahoria	25 gr
Cebolla	50 gr
Ajo	5 gr
Laurel	
Vino tinto	25 ml
Aceite oliva	10 ml
Pimienta negra grano	
Clavo	

ARROZ CON TOMATE

Arroz vaporizado	80 gr
Aceite oliva	10 ml
Cebolla	25 gr
Ajo	4 gr
Perejil	
Laurel	
Tomate triturado	120 gr

HUEVOS ESCALFADOS

Huevo	2 ud
-------	------

Merluza filetes sin piel	90 gr
Patata	120 gr
Zanahoria	30 gr
Cebolla	40 gr
Puerros	35 gr
aceite oliva	9 ml

TIURMIX HUEVO

Huevo líquido	75 ml
Patata	100 gr
Calabacín	60 gr
Puerro	40 gr
Pollo	40 gr
Aceite oliva	9 ml

NOTA:

- El resto de turmix tienen las mismas proporciones de verdura y alimento proteico

Pimentón	
Aceite	7 ml

PIMIENTO ASADO

Pimiento verde italiano	100 gr
Aceite oliva	7 ml

DORADA HORNO

Dorada fresca	200 gr
Ajo	5 gr
Vino blanco	20 ml
Aceite oliva	8 ml
Laurel	

OLLA GITANA

Garbanzo lechoso	70 gr
Calabaza totanera	40 gr
Pera	40 gr
Judía	30 gr
Zanahoria	30 gr
Patata	40 gr
Hierbabuena	
Colorante	
Cebolla	50 gr
Tomate triturado	20 gr
Ajo	5 gr
Pimentón molido	
Laurel	
Aceite oliva	10 ml

FIDEUÁ

Fideo gordo	50 gr
Ñoras	
Aceite oliva	10 ml
Ajo	5 gr
Gamba arrocerá	15 gr
Calamar tubo	30 gr
Perca	70 gr
Gamba pelada	20 gr
Mejillón limpio	15 gr
Pimiento rojo	30 gr
Tomate triturado	25 gr
Aceite oliva	15 ml
Colorante	
Fumet de pescado	
Azafrán de pelo	
Monodosis de ali-oli	

ARROZ Y PAVO

Arroz vaporizado	80 gr
Tomate triturado	25 gr
Colorante	
Ajo	5gr
Aceite oliva	5 gr
Contramuslo y muslo pavo	120 gr
Azafrán de pelo	
Perejil	

ENSALADA COMPLETA CON ATÚN

Lechuga cogollo	100 gr
Tomate	100 gr
Atún lata	40 gr
Pepino	50 gr
Zanahoria rallada	40 gr
Monodosis aceite oliva	
Monodosis vinagre	

SOPA COCIDO

Caldo de cocido	250 ml
Fideo	30 gr

COCIDO MURCIANO

Garbanzo lechoso	90 gr
Ternera	50 gr
Cerdo	25 gr
Pierna cordero	25 gr
Chorizo sarta	15 gr
Judía verde	40 gr
Zanahoria	20 gr
Calabaza totanera	20 gr
Patata	40 gr
Apio	5 gr
Colorante	

TRUCHA HORNO

Trucha limpia fresca	200 gr
Cebolla	30 gr.
Tomate troceado	30 gr.
Ajo laminado	5 gr.
Vino blanco	20 ml
Aceite de oliva	9 ml

NOTAS:

- Los guisantes y judías verdes son congelados
- Los pesos son de producto limpio.

ARRIXACA

ARINKA 3

Menús de dietas

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

LUNES 1ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Primero 2

LECHE SOLA . AZUCARILLO

Primero 3

LECHE CON CACAO AZUCARILLO

Primero 4

ZUMO

Primero 5

MANZANILLA AZUCARILLO

Segundo 1

PAN CON ACEITE ECOLOGICO

Segundo 2

BIZCOCHO

Segundo 3

PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO

Segundo 4

CEREALES

Segundo 5

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

Tercero 1

GALLETAS MARIA

Tercero 2

FRUTA

3 Comida

Primero 1

LENTEJAS ESTOFADAS

Primero 2

ESTOFADO DE MAGRA

Primero 3

SOPA DE TAPIOCA

Segundo 1

REDONDO DE PAVO AL HORNO

Segundo 2

PLATIIJA AL HORNO ZANAHORIA BABY

CAZON ADOBADO PATATAS A LO

Segundo 3

POBRE

Tercero 1

ENSALADA

Postre 1

FRUTA

Postre 2

YOGUR DE SABOR

Suplementos 1

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

Suplementos 2

PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero 1

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Primero 2

LECHE CON CACAO AZUCARILLO

Primero 3

ZUMO

Primero 4

YOGUR DE SABOR

Primero 5

MANZANILLA AZUCARILLO

Segundo 1

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

Segundo 2

FRUTA

Segundo 3

YOGUR DE SABOR

5 Cena

Primero 1

HERVIDO MIXTO

Primero 2

SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO

Primero 3

CREMA DE CALABACIN

Segundo 1

TORTILLA DE JAMON DE YORK

Segundo 2

LOMO ASADO EN SU JUGO BERENJENA

Segundo 3	ASADA
Tercero 1	BOQUERONES FRITOS CHAMPIÑÓN
Postre 1	SALTEADO
Postre 2	ENSALADA
Suplementos 1	ARROZ CON LECHE CASERO
Suplementos 2	FRUTA
	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

MARTES 1ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	MAGDALENA
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA

3 Comida

Primero 1	MACARRONES BOLOÑESA
	CAZUELA DE FIDEOS C/ PESCADO Y
Primero 2	ALMEJAS
Primero 3	CREMA DE ESPARRAGOS
Segundo 1	MUSLITOS DE POLLO EN PEPITORIA
Segundo 2	ALBONDIGAS RIOJANA
Segundo 3	SALMON PLANCHA ARROZ PILAFF
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	FLAN
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
Segundo 4	BIZCOCHO

5 Cena

COMPOSICIÓN MENÚ BASAL

Primero 1	ENCEBOLLADO
Primero 2	CREMA DE VERDURAS
Primero 3	SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	PERCA AL HORNO PATATAS ASADAS
Segundo 2	SURTIDO DE FRITOS
Segundo 3	LOMO PLANCHA MENESTRA ALIÑADA
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	YOGUR DE SABOR
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1) MIÉRCOLES 1ª SEMANA

(OPCIONAL)

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	BIZCOCHO
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA

3 Comida

Primero 1	ALUBIAS ESTOFADAS
Primero 2	GUISO DE POLLO A LA MURCIANA
Primero 3	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	TERNERA EN SALSA
Segundo 2	MAGRA EMPANADA PATATAS FRITAS
Segundo 3	MERLUZA HORNO ZANAHORIA BABY
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	MELOCOTON ALMIBAR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR

5 Cena	
Primero 1	HERVIDO DE ACELGAS
	GUISO DE PESCADO SOLO CON PATATA
Primero 2	Y ZANAHORIA
Primero 3	SOPA DE SEMOLA
Segundo 1	TRUCHA HORNO
Segundo 2	PLATO DE J. DE PAVO Y Q.FRESCO
Segundo 3	PECHUGA EMPANADA PATATAS CHIPS
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	NATILLAS CASERAS
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

JUEVES 1ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	MAGDALENA
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA

3 Comida

Primero 1	PAELLA MIXTA
Primero 2	MACARRONES CON VERDURA
Primero 3	SOPA DE PASTA
Segundo 1	ENSALADA COMPLETA CON QUESO
	PLATO DE ENTREMESSES VARIADOS
Segundo 2	ENSALADA
Segundo 3	LOMO HORNO PATATAS ASADAS
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
Segundo 4	BIZCOCHO
5 Cena	
Primero 1	SOPA MINESTRONE
Primero 2	HERVIDO DE ALCACHOFAS
Primero 3	PURE DE PATATAS NATURAL
Segundo 1	FILETE MERLUZA HORNO
	HAMBURGUESA DE CERDO PATATAS
Segundo 2	FRITAS
	CALAMARES REBOZADOS TOMATE
Segundo 3	ASADO PROVENZAL
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	PAN DE CALATRAVA
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

VIERNES 1ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	BIZCOCHO
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA

3 Comida

Primero 1	POTAJE DE GARBANZOS C/ ACELGAS
Primero 2	CAZUELA DE FIDEOS Y COSTILLEJAS
Primero 3	SOPA DE PESCADO EN BLANCO
Segundo 1	SURTIDO DE FRITOS
Segundo 2	PERCA EN SALSA VERDE
	TERNERA ASADA EN SALSA
Segundo 3	CHAMPIÑON SALTEADO
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	FLAN
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
-----------	---------------------------

Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
5 Cena	
Primero 1	JUDIAS VERDES HERVIDAS
Primero 2	CREMA POTIRON
Primero 3	SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	TORTILLA DE CALABACIN
Segundo 2	CABALLA EN ESCABECHE
	SALCHICHAS FRANKFURT PATATAS
Segundo 3	CHIPS
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

SABADO 1ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	MAGDALENA
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA

3 Comida

Primero 1	GUISO DE PERCA
Primero 2	SOPA SOLO PASTA
Primero 3	CANELONES ROSINI
	POLLO ASADO C/ ARROZ PILAFF
Segundo 1	ENSALADA
Segundo 2	ENSALADA MURCIANA EN PLATO
	BACALADILLA ANDALUZA
Segundo 3	C/PIMIENTOS F. ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

Suplementos 2

4 Merienda

Primero 1

Primero 2

Primero 3

Primero 4

Primero 5

Segundo 1

Segundo 2

Segundo 3

Segundo 4

5 Cena

Primero 1

Primero 2

Primero 3

Segundo 1

Segundo 2

Segundo 3

Tercero 1

Postre 1

Postre 2

Suplementos 1

Suplementos 2

PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

LECHE CON CACAO AZUCARILLO

ZUMO

YOGUR DE SABOR

MANZANILLA AZUCARILLO

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

FRUTA

YOGUR DE SABOR

BIZCOCHO

SOPA DE VERDURAS

PURE DE PATATAS CON ZANAHORIA

ESPINACAS SALTEADAS

PLATILLO HORNO CALABACIN HORNO

SAN JACOBOS FRITOS PATATAS FRITAS

FILETE RUSO

ENSALADA

ARROZ CON LECHE CASERO

FRUTA

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

DOMINGO 1ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1

Primero 2

Primero 3

Primero 4

Primero 5

Segundo 1

Segundo 2

Segundo 3

Segundo 4

Segundo 5

Tercero 1

Tercero 2

3 Comida

Primero 1

Primero 2

Primero 3

Segundo 1

Segundo 2

Segundo 3

Postre 1

Postre 2

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

LECHE SOLA . AZUCARILLO

LECHE CON CACAO AZUCARILLO

ZUMO

MANZANILLA AZUCARILLO

PAN CON ACEITE ECOLOGICO

BIZCOCHO

PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO

CEREALES

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

GALLETAS MARIA

FRUTA

ARROZ CON CONEJO

PATATAS A LA MARINERA

SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO

ENSALADA COMPLETA C/ESPARRAGOS

MAGRA CON TOMATE ENSALADA

MERLUZA HORNO ZARANGOLLO

FRUTA

MELOCOTON ALMIBAR

(OPCIONAL)

COMPOSICIÓN MENÚ BASAL

Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
5 Cena	
Primero 1	JUDIAS Y ACELGAS HERVIDAS
Primero 2	CREMA DE CHAMPIÑON
	SOPA DE ARROZ DE PESCADO EN
	BLANCO
Primero 3	PLATO DE J. DE PAVO Y Q.FRESCO
Segundo 1	TORTILLA ESPAÑOLA
Segundo 2	BACALAO A LA VIZCAINA
Segundo 3	ENSALADA
Tercero 1	NATILLAS CASERAS
Postre 1	FRUTA
Postre 2	
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

LUNES 2ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	BIZCOCHO
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA

3 Comida

Primero 1	LENTEJAS ESTOFADAS
Primero 2	MACARRONES CON YORK
Primero 3	CREMA DE VERDURAS
	LOMO ASADO EN SU JUGO GUISANTES
Segundo 1	SALTEADOS
	MERLUZA A LA ANDALUZA PATATAS
Segundo 2	FRITAS

COMPOSICIÓN MENÚ BASAL

Segundo 3	BERENJENAS RELLENAS
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
5 Cena	
Primero 1	ENCEBOLLADO
Primero 2	CREMA AVE
Primero 3	SOPA DE TAPIOCA
Segundo 1	PERCA AL HORNO ZANAHORIA BABY
Segundo 2	REDONDO DE PAVO AL HORNO
Segundo 3	SALCHICHAS FRESCAS PATATAS FRITAS
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	ARROZ CON LECHE CASERO
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)

(OPCIONAL)

MARTES 2ª

SEMANA

1 Desayuno

Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	MAGDALENA
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA
3 Comida	
Primero 1	PAELLA DE VERDURAS
Primero 2	MARMITAKO
Primero 3	PURE DE PATATAS NATURAL
Segundo 1	FILETE MERLUZA HORNO ENSALADA

COMPOSICIÓN MENÚ BASAL

Segundo 2	ENSALADA MURCIANA EN BOL GRANDE
Segundo 3	ESCALOPE DE TERNERA ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	FLAN
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
Segundo 4	BIZCOCHO
5 Cena	
Primero 1	CREMA DE ESPARRAGOS
Primero 2	HERVIDO MIXTO
Primero 3	SOPA DE PESCADO EN BLANCO
Segundo 1	TORTILLA DE JAMON DE YORK
Segundo 2	MAGRA EMPANADA PATATAS FRITAS
Segundo 3	CABALLA HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	YOGUR DE SABOR
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

BASAL C/S (1)
MIERCOLES 2ª
SEMANA

(OPCIONAL)

1 Desayuno	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	BIZCOCHO
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA
3 Comida	
Primero 1	MACARRONES CON ATUN
Primero 2	OLLA FRESCA
Primero 3	CREMA DE CALABACIN

Segundo 1	POLLO ASADO BERENJENA ASADA
Segundo 2	MERLUZA A LA VASCA ENSALADA
Segundo 3	ENSALADA COMPLETA C/ ALCACHOFAS
Postre 1	FRUTA
Postre 2	MELOCOTON ALMIBAR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
5 Cena	
Primero 1	HERVIDO DE ACELGAS
Primero 2	CREMA DE VERDURAS
Primero 3	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	PLATILLO HORNO ARROZ PILAFF
	CHULETA A LA PLANCHA TOMATE
	PROVENZAL
Segundo 2	JAMONCITOS FRITOS PATATAS FRITAS
Segundo 3	ENSALADA
Tercero 1	NATILLAS CASERAS
Postre 1	FRUTA
Postre 2	
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
BASAL C/S (1)	
JUEVES 2ª	
SEMANA	
1 Desayuno	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	MAGDALENA
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA
3 Comida	
Primero 1	ESTOFADO DE TERNERA
Primero 2	SOPA DE PASTA

(OPCIONAL)

COMPOSICIÓN MENÚ BASAL

Primero 3	ARROZ CON TOMATE
Segundo 1	DORADA HORNO
	HUEVOS ESCALFADOS (2) PIMIENTOS
Segundo 2	FRITOS
Segundo 3	ALBONDIGAS RIOJANA
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
Segundo 4	BIZCOCHO
5 Cena	
Primero 1	CREMA DE CHAMPIÑÓN
Primero 2	SOPA CUBIERTA
	GUISO DE PESCADO SOLO CON PATATA
Primero 3	Y ZANAHORIA
Segundo 1	SURTIDO DE FRITOS
Segundo 2	PLATO DE J. DE PAVO Y Q.FRESCO
Segundo 3	BACALAO A LA VIZCAINA
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	PAN DE CALATRAVA
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
BASAL C/S (1)	
VIERNES 2ª	
SEMANA	
1 Desayuno	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	BIZCOCHO
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA

(OPCIONAL)

Tercero 2	FRUTA
3 Comida	
Primero 1	OLLA GITANA
Primero 2	FIDEUA
Primero 3	CREMA DE VERDURAS
Segundo 1	BACALADILLA ANDALUZA ENSALADA
Segundo 2	ENSALADA COMPLETA CON ATUN
	LOMO ASADO EN SU JUGO PATATAS AL
	VAPOR
Segundo 3	FRUTA
Postre 1	FLAN
Postre 2	
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
5 Cena	
Primero 1	COLIFLOR CON BECHAMEL
Primero 2	CREMA AVE
Primero 3	SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	TORTILLA DE CALABACIN
	SALMON PLANCHA JUDÍAS VERDES
Segundo 2	ALIÑADAS
	SALCHICHAS FRANKFURT PATATAS
Segundo 3	CHIPS
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
BASAL C/S (1)	
SABADO 2ª	
SEMANA	
1 Desayuno	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	MAGDALENA
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO

(OPCIONAL)

Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA
3 Comida	
Primero 1	ARROZ CON PAVO
Primero 2	PATATAS A LA MARINERA
Primero 3	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	ENSALADA COMPLETA C/ESPARRAGOS
Segundo 2	MAGRA CON TOMATE ENSALADA
Segundo 3	PERCA AL HORNO CALABACIN HORNO
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGUR DE SABOR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
Segundo 4	BIZCOCHO
5 Cena	
Primero 1	REVUELTO DE TRIGUEROS
Primero 2	SOPA DE MARISCO
Primero 3	CREMA DE ARROZ Y ZANAHORIA
Segundo 1	CABALLA HORNO
	HAMBURGUESA DE CERDO PATATAS
Segundo 2	ASADAS
Segundo 3	TERNERA ASADA EN SALSA
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	ARROZ CON LECHE CASERO
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
BASAL C/S (1)	
DOMINGO 2ª	
SEMANA	
1 Desayuno	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE SOLA . AZUCARILLO
Primero 3	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 4	ZUMO
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	PAN CON ACEITE ECOLOGICO

(OPCIONAL)

Segundo 2	BIZCOCHO
Segundo 3	PAN C/ ACEITE Y TOMATE ECOLOGICO
Segundo 4	CEREALES
Segundo 5	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Tercero 1	GALLETAS MARIA
Tercero 2	FRUTA
3 Comida	
Primero 1	SOPA DE COCIDO
Primero 2	CANELONES ROSINI
Primero 3	PURE DE PATATAS NATURAL
Segundo 1	COCIDO MURCIANO
Segundo 2	POLLO ASADO
Segundo 3	TRUCHA HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	MELOCOTON ALMIBAR
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero 1	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Primero 2	LECHE CON CACAO AZUCARILLO
Primero 3	ZUMO
Primero 4	YOGUR DE SABOR
Primero 5	MANZANILLA AZUCARILLO
Segundo 1	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	YOGUR DE SABOR
5 Cena	
Primero 1	JUDIAS VERDES HERVIDAS
Primero 2	SOPA DE PASTA
Primero 3	CREMA POTIRON
	MERLUZA HORNO GUISANTES
Segundo 1	SALTEADOS
	ROLLITOS DE YORK Y QUES. PATATAS
Segundo 2	FRITAS
	CROQUETAS Y CALAMARES
Segundo 3	REBOZADOS
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	NATILLAS CASERAS
Postre 2	FRUTA
Suplementos 1	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 2	PAN INTEGRAL+ BOTELLIN DE AGUA

ARRIXACA

ARINKA

3

Menús
de dietas

DIABETICAS ELECCION

C/S 1600 cal. (225)

(OPCIONAL)

LUNES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero 1

LECHE DESNATADA CON CAFE
SACARINA

Primero 2

LECHE DESNATADA SACARINA

Primero 3

MANZANILLA SACARINA
P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE

Segundo 1

ECOLOGICO
PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE

Segundo 2

ECOLOGICO

Segundo 3

CEREALES + FRUTA

3 Comida

Primero 1

LENTEJAS ESTOFADAS

Primero 2

SOPA DE TAPIOCA

Segundo 1

REDONDO DE PAVO AL HORNO
PLATIIJA AL HORNO ZANAHORIA

Segundo 2

BABY

Tercero 1

ENSALADA

Tercero 2

ENSALADA

Postre 1

FRUTA

Postre 2

YOGURT NATURAL DESNATADO
PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
AGUA

Suplementos 1

4 Merienda

Primero 1

LECHE DESNATADA CON CAFE
SACARINA

Primero 2

LECHE DESNATADA SACARINA

Primero 3

MANZANILLA SACARINA

Primero 4

YOGURT NATURAL DESNATADO

Segundo 1

FRUTA

Segundo 2

GALLETAS SIN AZUCAR

Segundo 3

YOGURT NATURAL DESNATADO

5 Cena

Primero 1

HERVIDO MIXTO

Primero 2

CREMA DE CALABACIN

Segundo 1

TORTILLA DE YORK 1 HUEVO

Segundo 2	LOMO ASADO EN SU JUGO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
MARTES 1ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE ECOLOGICO
Segundo 1	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	CEREALES + FRUTA
Segundo 3	
3 Comida	
Primero 1	CREMA DE ESPARRAGOS
Primero 2	MACARRONES BOLOÑESA
Segundo 1	POLLO ASADO
Segundo 2	ENSALADA COMPLETA PLATO
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE AGUA
Suplementos 1	
4 Merienda	
Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	ENCEBOLLADO
Primero 2	CREMA DE VERDURAS
Segundo 1	PERCA AL HORNO
Segundo 2	LOMO PLANCHA

Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
MIERCOLES 1ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE ECOLOGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE ECOLOGICO
Segundo 3	CEREALES + FRUTA
3 Comida	
Primero 1	ALUBIAS ESTOFADAS
Primero 2	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo 1	1/2 TERNERA EN SALSA 110 GRS
Segundo 2	1/2 MERLUZA HORNO 125 GRS
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

4 Merienda

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	HERVIDO DE ACELGAS
Primero 2	GUISO DE PESCADO SOLO CON PATATA Y ZANAHORIA

Segundo 1	TRUCHA HORNO
Segundo 2	PLATO : 1 J. PAVO +1 Q.FRESCO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
JUEVES 1ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
	ECOLOGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 3	ECOLOGICO
3 Comida	CEREALES + FRUTA
Primero 1	PAELLA MIXTA
Primero 2	SOPA DE PASTA
	ENSALADA COMPLETA CON
Segundo 1	QUESO
	LOMO HORNO PATATAS
Segundo 2	ASADAS
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

4 Merienda	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	SOPA MINESTRONE

Primero 2	HERVIDO DE ALCACHOFAS
Segundo 1	FILETE MERLUZA HORNO
Segundo 2	HAMBURGUESA DE CERDO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
VIERNES 1ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
	ECOLOGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 3	ECOLOGICO
3 Comida	CEREALES + FRUTA
Primero 1	POTAJE DE GARBANZOS C/
Primero 2	ACELGAS
Segundo 1	SOPA DE PESCADO EN BLANCO
Segundo 2	PERCA EN SALSA VERDE
Tercero 1	TERNERA ASADA EN SALSA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	ENSALADA
Postre 2	FRUTA
	YOGURT NATURAL DESNATADO
Suplementos 1	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
4 Merienda	AGUA

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 4	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	GALLETAS SIN AZUCAR
5 Cena	YOGURT NATURAL DESNATADO

Primero 1	JUDIAS VERDES HERVIDAS
Primero 2	CREMA POTIRON
Segundo 1	TORTILLA DE CALABACIN
Segundo 2	CABALLA EN ESCABECHE
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
SABADO 1ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
Segundo 1	ECOLOGICO
	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 2	ECOLOGICO
Segundo 3	CEREALES + FRUTA
3 Comida	
Primero 1	SOPA SOLO PASTA
Primero 2	GUISO DE PERCA
Segundo 1	POLLO ASADO C/ ARROZ PILAFF
	ENSALADA MURCIANA EN
Segundo 2	PLATO
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

4 Merienda

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	

Primero 1	ESPINACAS SALTEADAS
Primero 2	SOPA DE VERDURAS
Segundo 1	PLATÍJA HORNO
Segundo 2	FILETE RUSSO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABÉTICAS ELECCIÓN
C/S 1600 cal. (225)
DOMINGO 1ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFÉ
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
	ECOLÓGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 3	ECOLÓGICO
3 Comida	CEREALES + FRUTA
Primero 1	PATATAS A LA MARINERA
Primero 2	SOPA DE PASTA CON CALDO DE
	POLLO
Segundo 1	ENSALADA COMPLETA
	C/ESPARRAGOS
Segundo 2	MERLUZA HORNO ZANAHORIA
Tercero 2	BABY
Postre 1	ENSALADA
Postre 2	FRUTA
	YOGURT NATURAL DESNATADO
Suplementos 1	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
4 Merienda	AGUA

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFÉ
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 4	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	GALLETAS SIN AZÚCAR
	YOGURT NATURAL DESNATADO

5 Cena	
Primero 1	JUDIAS Y ACELGAS HERVIDAS
Primero 2	CREMA DE CHAMPIÑÓN
	PLATO DE J. DE PAVO Y
Segundo 1	Q.FRESCO
Segundo 2	BACALAO HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION

C/S 1600 cal. (225)

(OPCIONAL)

LUNES 2ª SEMANA

1 Desayuno

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
Segundo 1	ECOLOGICO
	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 2	ECOLOGICO
Segundo 3	CEREALES + FRUTA
3 Comida	
Primero 1	LENTEJAS ESTOFADAS
Primero 2	CREMA DE VERDURAS
Segundo 1	BERENJENAS RELLENAS
Segundo 2	LOMO ASADO EN SU JUGO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

4 Merienda

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR

Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	ENCEBOLLADO
Primero 2	SOPA DE TAPIOCA
Segundo 1	PERCA AL HORNO
Segundo 2	REDONDO DE PAVO AL HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
MARTES 2ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
Segundo 1	ECOLOGICO
	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 2	ECOLOGICO
Segundo 3	CEREALES + FRUTA
3 Comida	
Primero 1	PAELLA DE VERDURAS
Primero 2	PURE DE PATATAS NATURAL
	ENSALADA MURCIANA EN BOL
Segundo 1	GRANDE
Segundo 2	TERNERA A LA PLANCHA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA
4 Merienda	
	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR

Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	HERVIDO MIXTO
Primero 2	CREMA DE ESPARRAGOS
Segundo 1	TORTILLA DE JAMON DE YORK
Segundo 2	CABALLA HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
MIERCOLES 2ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
Segundo 1	ECOLOGICO
	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 2	ECOLOGICO
Segundo 3	CEREALES + FRUTA
3 Comida	
Primero 1	MACARRONES CON ATUN
Primero 2	CREMA DE CALABACIN
	ENSALADA COMPLETA C/
Segundo 1	ALCACHOFAS
Segundo 2	MERLUZA A LA VASCA
Tercero 1	***
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA
4 Merienda	
	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA

Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	HERVIDO DE ACELGAS
	SOPA DE PASTA CON CALDO DE
Primero 2	POLLO
Segundo 1	PLATILLO HORNO
	CHULETA A LA PLANCHA
Segundo 2	TOMATE PROVENZAL
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
JUEVES 2ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
	ECOLOGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 3	ECOLOGICO
3 Comida	CEREALES + FRUTA
Primero 1	SOPA DE PASTA
Primero 2	ARROZ CON TOMATE
Segundo 1	DORADA HORNO
Segundo 2	HUEVOS ESCALFADOS (2)
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA
4 Merienda	
Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA

Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	CREMA DE CHAMPIÑÓN
Primero 2	SOPA CUBIERTA
	PLATO DE J. DE PAVO Y
Segundo 1	Q.FRESCO
Segundo 2	BACALAO HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
VIERNES 2ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
	ECOLOGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 3	ECOLOGICO
3 Comida	CEREALES + FRUTA
Primero 1	OLLA GITANA
Primero 2	FIDEUA
Segundo 1	1/2 LOMO EN SU JUGO 70 GRS
	ENSALADA COMPLETA CON
Segundo 2	ATUN
Tercero 1	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA
4 Merienda	
Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
	LECHE DESNATADA SACARINA

Primero 3	MANZANILLA SACARINA
Primero 4	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 1	FRUTA
Segundo 2	GALLETAS SIN AZUCAR
Segundo 3	YOGURT NATURAL DESNATADO
5 Cena	
Primero 1	CREMA AVE
	SOPA DE ARROZ CON CALDO DE
Primero 2	POLLO
Segundo 1	TORTILLA DE CALABACIN
	SALMON PLANCHA JUDÍAS
Segundo 2	VERDES ALIÑADAS
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)

(OPCIONAL)

SABADO 2ª SEMANA

1 Desayuno

	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 1	SACARINA
Primero 2	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 3	MANZANILLA SACARINA
	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
Segundo 1	ECOLOGICO
	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 2	ECOLOGICO
Segundo 3	CEREALES + FRUTA
3 Comida	
Primero 1	ARROZ CON PAVO
	SOPA DE PASTA CON CALDO DE
Primero 2	POLLO
	ENSALADA COMPLETA
Segundo 1	C/ESPARRAGOS
	PERCA AL HORNO CALABACIN
Segundo 2	HORNO
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

4 Merienda

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 4	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	GALLETAS SIN AZUCAR
5 Cena	YOGURT NATURAL DESNATADO
Primero 1	REVUELTO DE TRIGUEROS
Primero 2	SOPA DE MARISCO
Segundo 1	CABALLA HORNO
Segundo 2	HAMBURGUESA DE CERDO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

DIABETICAS ELECCION
C/S 1600 cal. (225)
DOMINGO 2ª SEMANA
1 Desayuno

(OPCIONAL)

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	P. PEQ C/TOMATE Y ACEITE
	ECOLOGICO
Segundo 2	PAN PEQ., FRUTA C/ ACEITE
Segundo 3	ECOLOGICO
3 Comida	CEREALES + FRUTA
Primero 1	SOPA DE COCIDO
Primero 2	PURE DE PATATAS NATURAL
Segundo 1	POLLO ASADO
Segundo 2	TRUCHA HORNO
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	FRUTA
Postre 2	YOGURT NATURAL DESNATADO
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA
4 Merienda	

COMPOSICIÓN MENÚ DIABÉTICO LIBRE ELECCIÓN

Primero 1	LECHE DESNATADA CON CAFE
Primero 2	SACARINA
Primero 3	LECHE DESNATADA SACARINA
Primero 4	MANZANILLA SACARINA
Segundo 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Segundo 2	FRUTA
Segundo 3	GALLETAS SIN AZUCAR
5 Cena	YOGURT NATURAL DESNATADO
Primero 1	JUDIAS VERDES HERVIDAS
Primero 2	SOPA DE PASTA
Segundo 1	MERLUZA HORNO
Segundo 2	ROLLITOS DE YORK Y QUES.
Tercero 1	ENSALADA
Tercero 2	ENSALADA
Postre 1	YOGURT NATURAL DESNATADO
Postre 2	FRUTA
	PAN PEQUEÑO + BOTELLIN DE
Suplementos 1	AGUA

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

ARRIXACA

ARINKA 3

Menús de
dietas

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

LUNES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

PURE LENTEJAS TAMIZADO

Segundo

PLATILLO AL HORNO ZANAHORIA BABY

Postre

MANZANA ASADA

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO

Segundo

TORTILLA DE JAMON DE YORK

Postre

ARROZ CON LECHE CASERO

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

MARTES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO

Segundo

PAN,MANTQUILLA,MERMELADA

3 Comida

Primero

CREMA DE ESPARRAGOS

Segundo

PECHUGA A LA PLANCHA ARROZ PILAFF

Postre

MANZANA NATURAL

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO

Segundo

PERCA AL HORNO PATATAS ASADAS

Postre

YOGURT NATURAL DESNATADO

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

MIÉRCOLES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFÉ AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO

Segundo

MERLUZA HORNO ZANAHORIA BABY

Postre

MELOCOTÓN ALMIBAR

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFÉ AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

GUISO DE PESCADO SOLO CON PATATA Y ZANAHORIA

Segundo

PLATO DE J. DE PAVO Y Q.FRESCO

Postre

NATILLAS CASERAS

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

JUEVES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFÉ AZUCARILLO

Segundo

PAN,MANTQUILLA,MERMELADA

3 Comida

Primero

MACARRONES CON VERDURA

Segundo

LOMO HORNO

Postre

YOGURT NATURAL DESNATADO

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

LECHE DESNATADA CON CAFÉ AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

PURE DE PATATAS NATURAL

Segundo

FILETE MERLUZA HORNO

Postre

MANZANA NATURAL

Suplementos

PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

VIERNES 1ª SEMANA

1 Desayuno

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
3 Comida	
Primero	PURE DE POTAJE DE GARBANZOS TAMIZADO
Segundo	TERNERA ASADA EN SALSA PATATAS AL VAPOR
Postre	COMPOTA DE PERA
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
5 Cena	
Primero	JUDIAS VERDES HERVIDAS
Segundo	TORTILLA FRANCESA
Postre	YOGURT NATURAL DESNATADO
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

SABADO 1ª SEMANA

1 Desayuno	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	PAN,MANTQUILLA,MERMELADA
3 Comida	
Primero	SOPA SOLO PASTA
Segundo	POLLO ASADO ARROZ PILAFF
Postre	MANZANA ASADA
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
5 Cena	
Primero	PURE DE PATATAS CON ZANAHORIA
Segundo	PLATIIJA HORNO CALABACIN HORNO
Postre	ARROZ CON LECHE CASERO
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

DOMINGO 1ª SEMANA

1 Desayuno	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
3 Comida	
Primero	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo	MERLUZA HORNO ZARANGOLLO

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

Postre	MELOCOTON ALMIBAR
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
5 Cena	
Primero	JUDIAS Y ACELGAS HERVIDAS
Segundo	PLATO DE J. DE PAVO Y Q.FRESCO
Postre	NATILLAS CASERAS
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

LUNES 2ª SEMANA

1 Desayuno	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
3 Comida	
Primero	PURE LENTEJAS TAMIZADO
Segundo	LOMO ASADO EN SU JUGO PATATAS AL VAPOR
Postre	MANZANA ASADA
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
5 Cena	
Primero	ENCEBOLLADO
Segundo	PERCA AL HORNO ZANAHORIA BABY
Postre	ARROZ CON LECHE CASERO
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)

(ESTRICTA)

MARTES 2ª SEMANA

1 Desayuno	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	PAN,MANTQUILLA,MERMELADA
3 Comida	
Primero	PURE DE PATATAS NATURAL
Segundo	FILETE MERLUZA HORNO
Postre	MANZANA NATURAL
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

5 Cena	
Primero	SOPA DE PESCADO EN BLANCO
Segundo	TORTILLA DE JAMON DE YORK
Postre	YOGURT NATURAL DESNATADO
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)
MIÉRCOLES 2ª SEMANA

(ESTRICTA)

1 Desayuno	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
3 Comida	
Primero	CREMA DE CALABACIN
Segundo	POLLO ASADO BERENJENA ASADA
Postre	MELOCOTON ALMIBAR
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
5 Cena	
Primero	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo	PLATILLO HORNO ARROZ PILAFF
Postre	NATILLAS CASERAS
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)
JUEVES 2ª SEMANA

(ESTRICTA)

1 Desayuno	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	PAN,MANTQUILLA,MERMELADA
3 Comida	
Primero	SOPA DE PASTA
Segundo	DORADA HORNO
Postre	YOGURT NATURAL DESNATADO
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
5 Cena	
Primero	GUIZO DE PESCADO SOLO CON PATATA Y ZANAHORIA
Segundo	PLATO DE J. DE PAVO Y Q.FRESCO
Postre	MANZANA NATURAL

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA	
BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)		(ESTRICTA)
VIERNES 2ª SEMANA		
1 Desayuno		
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO	
Segundo	BIZCOCHO	
3 Comida		
Primero	CREMA DE VERDURAS	
Segundo	LOMO ASADO EN SU JUGO PATATAS AL VAPOR	
Postre	MANZANA NATURAL	
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA	
4 Merienda		
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO	
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)	
5 Cena		
Primero	SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO	
Segundo	TORTILLA FRANCESA	
Postre	YOGURT NATURAL DESNATADO	
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA	
BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)		(ESTRICTA)
SABADO 2ª SEMANA		
1 Desayuno		
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO	
Segundo	PAN,MANTQUILLA,MERMELADA	
3 Comida		
Primero	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO	
Segundo	PERCA AL HORNO CALABACIN HORNO	
Postre	MANZANA ASADA	
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA	
4 Merienda		
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO	
Segundo	BIZCOCHO	
5 Cena		
Primero	CREMA DE ARROZ Y ZANAHORIA	
Segundo	TERNERA ASADA EN SALSA	
Postre	MANZANA NATURAL	
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA	
BLANDA FACIL DIGESTION C/S (3)		(ESTRICTA)
DOMINGO 2ª SEMANA		
1 Desayuno		

**COMPOSICIÓN MENÚ BLANDA FÁCIL DIGESTIÓN
(EJEMPLO POSTQX)**

Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	BIZCOCHO
3 Comida	
Primero	SOPA DE PASTA CON CALDO DE POLLO
Segundo	POLLO ASADO
Postre	MELOCOTON ALMIBAR
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	LECHE DESNATADA CON CAFE AZUCARILLO
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
5 Cena	
Primero	JUDIAS VERDES HERVIDAS
Segundo	MERLUZA HORNO PATATAS AL VAPOR
Postre	NATILLAS CASERAS
Suplementos	PAN BLANCO + BOTELLIN DE AGUA

ARRIXACA

ARINKA 3

Menús de
dietas

TURMIX C/S (20)
LUNES 1ª SEMANA

(ESTRICTA)

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO
BIZCOCHO

Segundo

3 Comida

Primero

PURE LENTEJAS TAMIZADO

Segundo

TX DE GUISO POLLO

Postre

YOGUR DE SABOR

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

CREMA DE CALABACIN

Segundo

TX HUEVO, VERDURAS Y POLLO

Postre

ARROZ CON LECHE CASERO

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)
MARTES 1ª SEMANA

(ESTRICTA)

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

MAGDALENA

3 Comida

Primero

CREMA DE ESPARRAGOS

Segundo

TX TERNERA, VERDURAS Y ARROZ

Postre

COMPOTA DE PERA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

CREMA DE VERDURAS

Segundo

TX MERLUZA CON VERDURAS

Postre

YOGUR DE SABOR

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

MIÉRCOLES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

CREMA DE ALUBIAS

Segundo

TX PAVO CON VERDURAS

Postre

MANZANA ASADA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

CREMA DE ARROZ Y ZANAHORIA

TX MERLUZA,PATATA,ZANAHORIA Y

ARROZ

Segundo

NATILLAS CASERAS

Postre

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

JUEVES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

MAGDALENA

3 Comida

Primero

SOPA SOLO PASTA

Segundo

TX CERDO, VERDURAS, ARROZ

Postre

FRUTA TRITURADA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

PURE DE PATATAS NATURAL

Segundo

TX MERLUZA, VERDURAS, ARROZ

Postre

PAN DE CALATRAVA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

VIERNES 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

Segundo

Postre

Suplementos

4 Merienda

Primero

Segundo

5 Cena

Primero

Segundo

Postre

Suplementos

PURE DE POTAJE DE GARBANZOS

TAMIZADO

TX DE GUIISO POLLO

FLAN

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

CREMA POTIRON

TX HUEVO,CALABACIN,POLLO Y PATATAS

COMPOTA DE PERA

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

SABADO 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

Segundo

3 Comida

Primero

Segundo

Postre

Suplementos

4 Merienda

Primero

Segundo

5 Cena

Primero

Segundo

Postre

Suplementos

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

MAGDALENA

SOPA SOLO PASTA

TX TERNERA CON VERDURAS

MANZANA ASADA

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

BIZCOCHO

PURE DE PATATAS CON ZANAHORIA

TX MERLUZA CON VERDURAS

YOGUR DE SABOR

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

DOMINGO 1ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

Segundo

3 Comida

Primero

Segundo

Postre

Suplementos

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

BIZCOCHO

TX PATATAS MARINERA

TX DE GUIISO POLLO

FRUTA TRITURADA

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

COMPOSICIÓN MENÚ TURMIX

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

CREMA CHAMPIÑON TAMIZADA

Segundo

TX MERLUZA, VERDURAS, ARROZ

Postre

NATILLAS CASERAS

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

LUNES 2ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

PURE LENTEJAS TAMIZADO

Segundo

TX PAVO CON VERDURAS

Postre

YOGUR DE SABOR

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

CREMA DE AVE TAMIZADA

Segundo

TX MERLUZA CON VERDURAS

Postre

ARROZ CON LECHE CASERO

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

MARTES 2ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

MAGDALENA

3 Comida

Primero

PURE DE PATATAS NATURAL

Segundo

TX DE GUIZO POLLO

Postre

FRUTA TRITURADA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

CREMA DE ESPARRAGOS

Segundo
Postre
Suplementos

TX HUEVO, VERDURAS Y POLLO
COMPOTA DE PERA
VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)
MIÉRCOLES 2ª SEMANA

(ESTRICTA)

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

CREMA DE CALABACIN

Segundo

TX TERNERA, VERDURAS Y ARROZ

Postre

MANZANA ASADA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

CREMA DE VERDURAS

TX MERLUZA, PATATA, ZANAHORIA Y
ARROZ

Segundo

NATILLAS CASERAS

Postre

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)
JUEVES 2ª SEMANA

(ESTRICTA)

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

MAGDALENA

3 Comida

Primero

TX DE ESTOFADO DE TERNERA

Segundo

TX DE GUIZO POLLO

Postre

YOGUR DE SABOR

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

CREMA CHAMPIÑON TAMIZADA

Segundo

TX BACALAO, VERDURAS Y ARROZ

Postre

PAN DE CALATRAVA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

COMPOSICIÓN MENÚ TURMIX

VIERNES 2ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

Primero

CREMA DE VERDURAS

Segundo

TX CERDO, VERDURAS, ARROZ

Postre

FLAN

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)

5 Cena

Primero

CREMA DE AVE TAMIZADA

Segundo

TX MERLUZA CON VERDURAS

Postre

COMPOTA DE PERA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

SABADO 2ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

MAGDALENA

3 Comida

Primero

SOPA SOLO PASTA

Segundo

TX DE GUIISO POLLO

Postre

MANZANA ASADA

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

4 Merienda

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

5 Cena

Primero

CREMA DE ARROZ Y ZANAHORIA

Segundo

TX HUEVO,CALABACIN,POLLO Y PATATAS

Postre

ARROZ CON LECHE CASERO

Suplementos

VIENA + BOTELLIN DE AGUA

TURMIX C/S (20)

(ESTRICTA)

DOMINGO 2ª SEMANA

1 Desayuno

Primero

CAFE CON LECHE AZUCARILLO

Segundo

BIZCOCHO

3 Comida

COMPOSICIÓN MENÚ TURMIX

Primero	PURE DE COCIDO DE GARBANZOS
Segundo	TX TERNERA CON VERDURAS
Postre	FRUTA TRITURADA
Suplementos	VIENA + BOTELLIN DE AGUA
4 Merienda	
Primero	CAFE CON LECHE AZUCARILLO
Segundo	GALLETAS MARIA(2 PAQUETES)
5 Cena	
Primero	CREMA POTIRON
Segundo	TX MERLUZA, VERDURAS, ARROZ
Postre	NATILLAS CASERAS
Suplementos	VIENA + BOTELLIN DE AGUA



HOSPITAL CLÍNICO UNIVERSITARIO VIRGEN DE LA ARRIXACA			
Edificio: Hospital General			
Plano de: Descripción Gráfica		Descripción: cocina	
Escala	DIN A3	Fecha	Modificado en Plano N°