



MENÚ GERIASA MADRID

Semana del

14 de enero

al

20 de enero de 2019

	COMIDAS			CENAS		
	DIETA BASE	DIETA TURMIX	DIETA DIABÉTICOS	DIETA BASE	DIETA TURMIX	DIETA DIABETES
LUNES	ARROZ CON VERDURAS LOMO ASADO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 8,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	ARROZ CON VERDURAS TURMIX LOMO TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 8,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	ARROZ CON VERDURAS LOMO A LA PLANCHA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 8,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	SOPA DE CODILLO HUEVOS A LA BUENA MUJER FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	PURE DE CODILLO HUEVOS TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	CALDO DE CODILLO HUEVOS A LA BUENA MUJER FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70
MARTES	LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO A LA VIZCAINA NATILLAS HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	LENTEJAS ESTOFADAS TURMIX BACALAO A LA VIZCAINA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO A LA VIZCAINA NATILLAS S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	CREMA DE TRIGUEROS ALITAS DE POLLO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 680 / PROTEINA 70	CREMA DE TRIGUEROS ALITAS DE POLLO TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 680 / PROTEINA 70	CREMA DE TRIGUEROS ALITAS DE POLLO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 680 / PROTEINA 70
MIÉRCOLES	CANELONES DE ATUN ROTI DE PAVO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	PURE CANELONES ROTI TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 60 CAL.TOTALES: 720 / PROTEINA 75	MENESTRA DE VERDURAS ROTI DE PAVO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	SOPA DE PICADILLO ROSADA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	SOPA DE PICADILLO TURMIX ROSADA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80	SOPA DE PICADILLO ROSADA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7,5 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 80
JUEVES	MACARRONES BOLOÑESA DORADA A LA PLANCHA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,8 CAL.TOTALES: 710 / PROTEINA 75	MACARRONES BOLOÑESA TURMIX DORADA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,8 CAL.TOTALES: 710 / PROTEINA 75	MACARRONES BOLOÑESA DORADA A LA PLANCHA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,8 CAL.TOTALES: 710 / PROTEINA 75	JUDIAS VERDES CON JAMON CHULETA DE SAJONIA MANZANA ASADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	JUDIAS VERDES CON JAMON TURMIX CHULETA DE SAJONIA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	JUDIAS VERDES CON JAMON CHULETA DE SAJONIA MANZANA ASADA S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70
VIERNES	CALDO GALLEGO CHULETA DE CERDO RIOJANA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 90 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 816 / PROTEINA 75	CREMA DE VERDURAS CHULETA DE CERDO TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 90 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 816 / PROTEINA 75	CALDO GALLEGO CHULETA DE CERDO RIOJANA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 90 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 816 / PROTEINA 75	VICHYSOISE FIAMBRE VARIADO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 616 / PROTEINA 75	VICHYSOISE FIAMBRE VARIADO TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 616 / PROTEINA 75	VICHYSOISE FIAMBRE VARIADO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 60 HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,5
SÁBADO	COLIFLOR GRATINADA POLLO ASADO FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	CREMA DE CHAMPIÑON CONTRAMUSLO C/ MANZANA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	COLIFLOR CON AJO POLLO PLANCHA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	ACELGAS REHOGADAS LACON A LA GALLEGA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	ACELGAS REHOGADAS TURMIX LACON A LA GALLEGA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70	ACELGAS REHOGADAS LACON A LA GALLEGA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 7 CAL.TOTALES: 700 / PROTEINA 70
DOMINGO	SOPA MARISCO REDONDO DE TERNERA TARTA HIDRATOS C. 90 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 816 / PROTEINA 75	SOPA DE MARISCO TURMIX REDONDO DE TERNERA TURMIX FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 90 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 816 / PROTEINA 75	SOPA DE MARISCO REDONDO DE TERNERA TARTA S/A HIDRATOS C. 90 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 816 / PROTEINA 75	SOPA DE LETRAS TORTILLA DE PATATAS FRUTA O YOGUR HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 616 / PROTEINA 75	CREMA DE ZANAHORIA HUEVOS REVUELTOS FRUTA TRITURADA HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 616 / PROTEINA 75	SOPA DE LETRAS TORTILLA FRANCESA FRUTA O YOGUR S/A HIDRATOS C. 150 / LIPIDOS 6,5 CAL.TOTALES: 616 / PROTEINA 75

DESAYUNO: Bollería, pan tostado, zumo, café o infusión. (Total 200 Calorías no incluidas en menú diario)

MERIENDA: Bollería, pan tostado, zumo, café o infusión. (Total 200 Calorías no incluidas en menú diario)

NOTA: Los menús anteriormente reflejados servirán de base para la preparación de los menús sin sal y los menús triturados