

	Centro	Título del Documento / Registro			
	EDUCACIÓN ESPECIAL OCUPACIONAL Y DÍA	MENU			
		Código	Edición	Página	Fecha
	Reg-TC-06	4	1 de 1		

MENÚ DE MARZO - HIPOCALÓRICO

			5	12	19	26
LUNES	PRIMEROS		Crema de espárragos (sin lácteos)	Sopa de ave	Repollo rehogado	Macarrones rehogados
	SEGUNDOS		Macarrones con atún	Pollo a la plancha	Coditos con atún	Pescado cocido
	POSTRE		Fruta	Ensalada Fruta	Piña en su jugo	Coliflor cocida Yogur desnatado
			6	13	20	27
MARTES	PRIMEROS		Lentejas vegetales	Crema de puerros (sin lácteos)	Sopa de picadillo	Crema de zanahoria (sin lácteos)
	SEGUNDOS		Merluza cocida	Pescado a la plancha	Lomo a la plancha	Filete de magro a la plancha
	POSTRE		Patatas Gelatina	Ensalada Yogur desnatado	Patata cocida y champiñones Fruta	Tomate rodaja Fruta
			7	14	21	28
MIÉRCOLES	PRIMEROS		Arroz tres delicias	Crema vegetal (sin lácteos)	Brécol rehogado	Tomate relleno con queso fresco desnatado y orégano
	SEGUNDOS		Lomo en su jugo	Carne cocida	Pollo a la plancha	Pollo asado
	POSTRE		Ensalada Yogur desnatado	Verdura cocida Gelatina	Arroz blanco Yogur desnatado	Ensalada Gelatina
		1	8	15	22	29
JUEVES	PRIMEROS	Judías verdes con huevo duro	Crema de champiñones (sin lácteos)	Pisto de verduras	Sopa de pasta	
	SEGUNDOS	Pechuga de pavo a la plancha	Tortilla francesa	Merluza cocida	Tortilla con espinacas y champiñones	FESTIVO
	POSTRE	Zanahoria Yogur desnatado	Verduras Fruta	Brécol Yogur desnatado	Fruta	
		2	9	16	23	30
VIERNES	PRIMEROS	Crema vegetal (sin lácteos)	Caldo vegetal	Judías verdes rehogadas	Verdura rehogada	
	SEGUNDOS	Pollo cocido	Pavo a la plancha	Pollo al ajillo	Ternera a la plancha	FESTIVO
	POSTRE	Verduras Fruta	Arroz Piña en su jugo	Tomate rodaja Fruta	Arroz blanco Gelatina	



Revisado: Carlos Sanmartín
González
Diplomado en Nutrición Humana y
Dietética