

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

MENÚ DE FEBRERO

			5	12	19	26
LUNES	PRIMEROS		Repollo rehogado	Macarrones con tomate	Crema de puerros	Crema de calabaza
	SEGUNDOS		Coditoas con atún	Pescado cocido coliflor a la casera	Estofado de pavo jardinera de verduras	Paella mixta
	POSTRE		Piña en su jugo	Yogur	Fruta	Fruta
	VN		615 Kcal 21 g Pr 27 g Lip 71 g HC	708 Kcal 27 g Pr 22 g Lip 98 g HC	661 Kcal 35 g Pr 24 g Lip 76 g HC	780 Kcal 27 g Pr 25 g Lip 111 g HC
			6	13	20	27
MARTES	PRIMEROS		Sopa de picadillo	Crema de zanahoria	Brécol rehogado	Espirales gratinados c/champiñón
	SEGUNDOS		Estofado de cerdo Champiñón y patata	Hamburguesa casera Patatas fritas	Huevos fritos con patatas y chorizo	Merluza a la romana con ensalada
	POSTRE		Fruta	Fruta	Gelatina	Yogur
	VN		765 Kcal 42 g Pr 29 g Lip 83 g HC	769 Kcal 38 g Pr 32 g Lip 81 g HC	659 Kcal 34 g Pr 25 g Lip 73 g HC	764 Kcal 40 g Pr 36 g Lip 69 g HC
			7	14	21	28
MIÉRCOLES	PRIMEROS		Brécol rehogado	Tomate relleno	Sopa de ave	Huevos rellenos
	SEGUNDOS		Milanesa de pollo Arroz	Pollo asado Arroz	Lasaña de verduras y atún	Fabada
	POSTRE		Flan	Gelatina	Yogur	Fruta
	VN		815 Kcal 32 g Pr 32 g Lip 99 g HC	905 Kcal 38 g Pr 42 g Lip 89 g HC	741 Kcal 27 g Pr 41 g Lip 66 g HC	822 Kcal 34 g Pr 22 g Lip 121 g HC
			1	8	15	22
JUEVES	PRIMEROS	Potaje vegetal	Espinacas con jamón y champiñones	Caldo gallego	Crema de calabacín	
	SEGUNDOS	Merluza al horno Patata asada	Pizza artesana	Filete de merluza a la plancha Ensalada Mixta	Jamón asado con arroz	
	POSTRE	Yogur	Fruta	Manzana asada	Fruta	
	VN	664 Kcal 27 g Pr 22 g Lip 88 g HC	626 Kcal 20 g Pr 33 g Lip 92 g HC	628 Kcal 19 g Pr 30 g Lip 68 g HC	671 Kcal 32 g Pr 27 g Lip 75 g HC	
			2	9	16	23
VIERNES	PRIMEROS	Judías con chorizo	Judías con patata rehogada	Sopa de ave	Potaje de garbanzos	
	SEGUNDOS	Pollo al ajillo Patatas fritas	Arroz con bacalao	Tortilla española Lechuga y tomate	Filete de palometa con patatas	
	POSTRE	Fruta	Orejas de Carnaval	Fruta	Macedonia	
	VN	761 Kcal 30 g Pr 29 g Lip 88 g HC	779 Kcal 27 g Pr 39 g Lip 76 g HC	740 Kcal 25 g Pr 31 g Lip 88 g HC	647 Kcal 31 g Pr 19 g Lip 86 g HC	



Revisado: Carlos Sanmartín González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Arume