

MENÚ BASAL-DIABÉTICO



SEMANA 1

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
CO: HABAS CON BUTIFARRA NEGRA BACALAO CON PISTO CE: JUDÍAS VERDES CON JAMÓN SALCHICHAS CON ENSALADA	CO: ESCUDELLA CARN D'OLLA CE: CREMA DE CALABACÍN TORTILLA DE JAMÓN YORK CON TOMATE AL GRATEN	CO: SALTEADO CAMPESTRE BUTIFARRA CON JUDÍAS CE: BRÓCOLI CON PATATAS TILAPIA CON VERDURAS	CO: CREMA DE ESPÁRRAGOS FIDEUÁ CE: SOPA JULIANA NUGGETS DE POLLO AL HORNO CON LECHUGA	CO: LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS CON PISTO CE: CALDO DE POLLO CON GALETS MERLUZA AL HONRO CON CHAMPIÑONES	CO: ARROZ DE VERDURAS POLLO ASADO CE: CREMA DE ZANAHORIA TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA	CO: PARRILLADA DE VERDURA ESTOFADO DE TERNERA CE: SOPA DE PESCADO PAN CON TOMATE CON SARDINAS Y/O ATÚN/ EMBUTIDOS

SEMANA 2

CO: PASTA CON SALSA BOLOÑESA FILETE DE GALLO AL HORNO CE: MENESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE QUESO CON BERENJENA REBOZADA	CO: GUISANTES A LA CATALANA POLLO CON SETAS CE: CREMA DE CALABAZA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA	CO: VICHYSOISE CON VIRUTAS DE JAMÓN ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CE: ACELGAS CON PATATA MERLUZA CON ZANAHORIAS	CO: ENSALADA CON ENTREMESES PAELLA DE VERDURAS Y POLLO CE: SOPA DE POLLO TORTILLA DE ESPINACAS CON PAN CON TOMATE	CO: GARBANZOS A LA RIOJANA RAPE CON PATATA Y CEBOLLA CE: CREMA DE VERDURAS GRATINADO DE ESPÁRRAGO CON JAMÓN YORK Y QUESO	CO: COLIFLOR CON PATATA HERVIDA ESTOFADO DE PAVO CON VERDURAS CE: SOPA DE CARNE EMPANADILLAS DE ATÚN CON DADOS DE CALABAZA	CO: TRINXAT DE COL Y PATATA FIDEOS A LA CAZUELA DE MARISCO CE: CREMA DE PUERRO PAN CON TOMATE Y EMBUTIDOS
--	--	--	--	---	---	--

SEMANA 3

CO: PATATAS CON VERDURAS POLLO REBOZADO CON ENSALADA CE: GUISANTES CON JAMÓN YORK MERLUZA CON TOMATE Y CEBOLLA	CO: ESTOFADO DE JUDÍA BLANCA CON VERDURAS ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CE: BRÓCOLI CON PATATA TORTILLA DE CALABACÍN Y ENSALADA	CO: ESCUDELLA CARN D'OLLA CE: SOPA DE VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN CON CHAMPIÑONES	CO: ENSALADA CON ATÚN ARROZ DE SETAS Y BUTIFARRA CE: TRICOLOR DE VERDURAS POLLO AL HORNO CON PATATA	CO: MACARRONES CON TOMATE MERLUZA REBOZADA CON PIMIENTO PIQUILLO CE: CREMA DE ESPÁRRAGOS HUEVO DURO CON PISTO	CO: COL Y PATATA AL AJILLO CANELONES DE CARNE CE: CREMA DE VERDURAS BUÑUELOS DE BACALAO CON LECHUGA	CO: PARRILLADA DE VERDURA PAVO ESTOFADO CE: CALDO DE PESCADO CON PASTA PIZZA VARIADA
---	--	---	--	--	--	---

SEMANA 4

CO: ARROZ A LA CUBANA POLLO CON CIRUELAS CE: JUDÍA VERDE CON PATATAS VARITAS DE MERLUZA CON PIMIENTO VERDE	CO: CHAMPIÑONES SALTEADOS PASTEL DE PATATA Y CARNE CE: CREMA DE ZANAHORIA TORTILLA DE CALABACÍN TOMATE ALIÑADO	CO: JUDÍAS CON VERDURAS ABADEJO CON VERDURAS CE: SOPA DE AJO HAMBURGUESA CON QUESO	CO: SALTEADO CON ESPÁRRAGOS VERDES Y DADOS DE PATATA PAELLA MIXTA CE: CREMA DE CALABAZA FILETE DE GALLO Y ENSALADA	CO: GARBANZOS CON ESPINACAS DADOS DE PAVO CON VERDURAS CE: MENESTRA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA Y PAN CON TOMATE	CO: FIDEOS CON VERDURAS MERLUZA CON SALSA VERDE CE: SOPA MINISTRONE POLLO REBOZADO CON PIMIENTO ROJO ASADO	CO: CREMA DE SETAS CANELONES DE CARNE CE: SOPA DE POLLO EMBUTIDOS VARIADOS PAN CON TOMATE
---	--	---	--	---	---	---

DESAYUNO: CAFÉ/EKO con LECHE DESNATADA/ZUMO S.AZÚCAR/INFUSIÓN. GALLETAS S.AZÚCAR/PAN/BISCOTES con MARGARINA y MERMELADA S.AZÚCAR/JAMÓN YORK/QUESO/FRUTA

MERIENDA: GALLETAS S.AZÚCAR/LECHE DESNATADA/BISCOTES/YOGUR 0% S.AZÚCAR **POSTRES:** YOGUR 0% S. AZÚCAR/FRUTA

