

MENÚ BASAL-DIABÉTICO



SEMANA 1

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
CO: LENTEJAS CON ARROZ RAPE CON SALSA DE TOMATE CE: CREMA DE VERDURA TORTILLA DE ESPINACAS CON PAN CON TOMATE	CO: ENSALADA DE PASTA POLLO AL CHILINDRÓN CE: SOPA MINISTRONE CROQUETAS DE BACALAO CON TOMATE ALIÑADO	CO: GARBANZOS CON ESPINACAS ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CE: CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑONES	CO: GAZPACHO FIDEUÁ CE: CALDO DE POLLO TORTILLA A LA FRANCESA CON PAN CON TOMATE	CO: ARROZ A LA CUBANA GALLINETA CON CALABACÍN CE: JUDÍAS VERDES CON PATATA SAN JACOBO CON PAN CON TOMATE	CO: ENSALADILLA RUSA (S/MAYONESA) POLLO CON CIRUELAS CE: SOPA DE CARNE CON PASTA SALCHICHAS AL HORNO CON CEBOLLA	CO: CAPRESSE DE TOMATE CON QUESO FRESCO CANELONES DE CARNE CE: CREMA DE CALABACÍN PIZZA VEGETAL/ SANDWICH MIXTO/PAN CON TOMATE Y EMBUTIDOS

SEMANA 2

CO: GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN YORK MERLUZA AL LIMÓN CE: SOPA DE PESCADO SAN JACOBO CON VERDURAS	CO: ARROZ 3 DELICIAS POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO CE: BRÓCOLI CON PATATAS SANDWICH VEGETAL CON HUEVO DURO	CO: ENSALADA DE QUESO FRESCO BUTIFARRA CON ALUBIAS CE: JUDÍAS VERDES A LA MADRILEÑA FILETE DE GALLO CON VERDURAS	CO: SALMOREJO CON HUEVO DURO ARROZ DE MARISCO CE: SALTEADO MEDITERRÁNEO HAMBURGUESA DE POLLO CON QUESO	CO: MACARRONES A LA NAPOLITANA ESTOFADO DE TERNERA CE: CALDO DE POLLO CON PISTONES MERLUZA REBOZADA CON TOMATE	CO: EMPEDRAT DE GARBANZOS POLLO AL HORNO CE: CREMA DE ZANAHORIA TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA	CO: PARRILLADA DE VERDURAS FIDEUÁ CON ALIOLI CE: CONSOMÉ DE CARNE CON PASTA PAN CON TOMATE Y EMBUTIDOS
--	--	---	---	---	---	---

SEMANA 3

CO: PASTA CON VERDURAS POLLO CON ALCACHOFA REBOZADA CE: CREMA DE GUISANTES PIMIENTOS DEL PIQUILLO RELLENOS DE BACALAO	CO: GAZPACHO PIES/ESTOFADO DE CERDO CE: CALDO DE POLLO CON PASTA TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALIÑADO	CO: EMPEDRAT VEGETAL DE ALUBIAS COLITAS DE RAPE CE: SOPA DE CEBOLLA ROLLO DE JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO	CO: ENTREMÉS ARROZ DE MONTAÑA CE: CREMA DE ESPÁRRAGOS DADOS DE PAVO SALTEADO CON VERDURAS	CO: ENSALADA DE PATATA MERLUZA EMPANADA CON CHAMPIÑONES CE: MENESTRA DE VERDURAS TORTILLA DE JAMÓN YORK CON TOMATE AL GRATÉN	CO: COLIFLOR AL AJILLO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CE: CALDO DE PESCADO CON PASTA BUÑUELOS DE BACALAO CON ENSALADA	CO: ESPÁRRAGOS BLANCOS CON JAMÓN YORK LASAÑA DE CARNE CE: CREMA DE VERDURAS PAN CON TOMATE Y EMBUTIDOS
--	---	---	--	---	---	---

SEMANA 4

CO: LENTEJAS CON VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON BRÓCOLI CE: JUDÍAS VERDES CON PATATA CALAMARES A LA ROMANA	CO: ENSALADA DE ESPIRALES ABADEJO CON SALSA DE PIMIENTA CE: SOPA DE POLLO CON FIDEOS TORTILLA DE ATÚN CON CHAMPIÑONES	CO: XATONADA POLLO AL HORNO CON TOMATE CE: VICHYSSEOISE CROQUETAS DE CARNE/SETAS CON TOMATE ALIÑADO	CO: ENSALADA TROPICAL PAELLA MIXTA CE: SOPA MINISTRONE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS	CO: SALTEADO CAMPESTRE ESTOFADO DE SEPIA CON GUISANTES CE: COLIFLOR SALTEADA AL AJILLO TORTILLA FRANCESA CON PAN CON TOMATE	CO: ENSALADA DE GARBANZOS FILETE DE GALLO EN SALSA VERDE CE: CALDO DE PESCADO CON PASTA POLLO REBOZADO CON ENSALADA	CO: ESPINACAS CON CEBOLLA FIDEOS A LA CAZUELA CON CARNE CE: CREMA DE ZANAHORIA ATÚN Y PIMIENTO ROJO
--	--	---	---	---	--	--

DESAYUNO: CAFÉ/EKO con LECHE DESNATADA/ZUMO S.AZÚCAR/INFUSIÓN/GELATINA S.AZÚCAR. 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/GELATINA S.AZÚCAR. **POSTRE:** YOGUR 0% S.AZÚCAR/FRUTA.

DE ACUERDO CON EL MODELO ACP SE OFRECE ELECCIÓN LIBRE EN EL DESAYUNO Y LA MERIENDA Y UNA SEGUNDA OPCIÓN EN LA COMIDA SEGÚN PREFERENCIA DEL USUARIO.

