

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

Comida

Calabacín rebozado
Bacalao en salsa del piquillo con patata panadera

Sopa de cocido
Cocido completo

Macarrones boloñesa
Filete de pollo al ajillo con patatas al horno

Ensaladilla rusa
Merluza al horno con guisantes

Porra antequerana
Cerdo asado a la naranja con patatas al horno

Lentejas estofadas
Salmón a la plancha con patatas alioli

Arroz 3 delicias
Ragout de ternera con zanahorias

Menú opcional

Crema de zanahoria
Filete de pollo a la plancha con ensalada
Fruta de temporada

Judías verdes rehogadas
Empanada de atún con ensalada
Fruta de temporada

Sopa de fideos
Caella en tomate con patatas
Postre casero

Cardo salteado con jamón
San Jacobo con tomate aliñado
Fruta de temporada

Ensalada de pasta
Pastel de ternera y patata
Fruta de temporada

Brócoli con bechamel
Magro con tomate y patatas fritas
Fruta de temporada

Crema de verduras
Tiras de pollo c/ ensalada
Postre casero

MENÚ VERANO 2021

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Merienda

Cena

Sopa de cebolla
Cinta de lomo con tomate aliñado
Pisto
Huevos moll con ensalada

Ensalada tropical
Hamburguesa casera salsa con zanahoria baby
Crema de ave
Merluza a la romana con ensalada

Acelgas rehogadas
Tortilla de patata con ensalada
Crema de puerros
Lacón con patatas al vapor

Sopa castellana
Fritura variada con ensalada
Espinacas rehogadas
Escalopines de cerdo en salsa con patatas cuadrillo

Guisantes con jamón
Muslitos de pollo al vino con puré de patata
Crema de calabacín
Sardinas a la andaluza con ensalada

Sopa de lluvia
Huevos rellenos con ensalada
Menestra de verduras
Tiras de sepia empanadas con ensalada

Vichyssoise templada
Abadejo al limón c/patatas panaderas
Ensalada de tomate
Cinta de Sajonia con patatas

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Kcal: 2044.7
Prot (g) 85,5
HC(g) 212,6
Líp (g) 94,7

Kcal: 1866.5
Prot (g) 84.6
HC.(g) 158.5
Líp (g) 99.3

Kcal: 2002.5
Prot (g) 86.8
HC.(g) 206.6
Líp (g) 92.1

Kcal: 2264.1
Prot (g) 67.3
HC.(g) 217.4
Líp (g) 109.8

Kcal: 1965
Prot (g) 91.9
HC.(g) 193.7
Líp (g) 91,4

Kcal: 2313.2
Prot (g) 80.1
HC.(g) 217.5
Líp (g) 109.5

Kcal: 2108.6
Prot (g) 76.1
HC.(g) 239,1
Líp (g) 94,2

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

Comida

Judías verdes con zanahoria y patata

Ensalada de pasta tricolor con atún

Judías pintas con arroz

Salmorejo cordobés

Paella mixta

Ensalada campera

Lentejas caseras

Calamares o Chipirones con arroz

Cinta de lomo empanada con ensalada

Pollo asado con patatas al horno

Ragout de ternera con patatas cuadrillo

Pimientos rellenos de bacalao en salsa

Albóndigas de ternera con verduras

Pechuga de pollo empanada con ensalada

Menú opcional

Crema de puerro

Sopa de cebolla

Sopa juliana

Crema de espárragos
Buñuelos de bacalao con ensalada

Calabacín rebozado
Revuelto de hongos con ensalada

Repollo rehogado
Merluza a la vasca

Alcachofas con jamón
Quiche Loraine con ensalada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

MENÚ VERANO 2021

Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

Sopa de picadillo

Guisantes con jamón serrano

Lombarda con manzana

Habas con jamón

Sopa de verduras

Crema de espinacas

Crema de calabacín

Salchichas al vino con puré de patata

Tortilla de patatas con tomate aliñado

Lacón con patatas al vapor

Pastel de pescado y ensalada con salsa rosa

Redondo de pavo con puré de patata

Caella en adobo c/ tomate aliñado

Empanadillas con ensalada

Champiñón al ajillo

Sopa de estrellas

Crema de zanahoria

Crema de guisantes

Ensalada de tomate

Arroz 3 delicias

Berenjena rebozada

Boquerones rebozados con ensalada

Fogonero encbollado con patatas

Berenjena rellena

Cinta de lomo con patatas fritas

Tortilla de york con ensalada

Cinta de Sajonia con ensalada

Rollitos de Jamón de York con ensaladilla

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Kcal: 1961.76

Kcal: 2379.2

Kcal: 2127.1

Kcal: 2002.9

Kcal: 1881.28

Kcal: 1858,07

Kcal: 2153.2

Prot (g) 98,6

Prot (g) 97.4

Prot (g) 122.2

Prot (g) 90.3

Prot (g) 101.6

Prot (g) 83

Prot (g) 85.6

HC.(g) 198,3

HC.(g) 251.1

HC.(g) 218,9

HC.(g) 205

HC.(g) 197.45

HC.(g) 167,3

HC.(g) 216.45

Líp (g) 86,0

Líp (g) 100.2

Líp (g) 84,6

Líp (g) 91.3

Líp (g) 76.12

Líp (g) 94,8

Líp (g) 105

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

Comida

Risotto de hongos
Merluza orly con ensalada

Ensalada tropical
Redondo de ternera con patata panadera

Callos con garbanzos
Filetes de pollo al chilindrón con patatas al horno

Gazpacho andaluz
San Jacobo con ensalada

Vichyssoise
Musaka

Caracolas boloñesa
Bacalao en salsa de piquillos con patata panadera

Lentejas con verduras
Pollo asado con arroz

Menú opcional

Coliflor con bechamel
Carrillera de ternera en salsa con patatas
Fruta de temporada

Crema de ave
Tortilla de Patatas c/ ensalada
Fruta de temporada

Cardo con jamón
Caella empanada con ensalada
Postre casero

Crema de puerros
Salmon a la plancha con ensalada
Fruta de temporada

Berenjena gratinada
Magro con tomate y patatas
Fruta de temporada

Menestra de verduras
Salchichas al vino con puré de patatas
Fruta de temporada

Ensaladilla rusa
Huevos fritos con chorizo y patatas fritas
Postre casero

MENÚ VERANO 2021

Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

Sopa de lluvia
Magro de cerdo con tomate y verduras

Brócoli con patatas
Empanada de atún con ensalada

Judías verdes con york
Sardinas a la andaluza con ensalada

Crema de calabaza
Hamburguesa de ternera plancha con patatas

Sopa de fideos
Pechuga pollo plancha con ensalada

Crema de ave
Lacón con patatas al vapor

Sopa castellana
Merluza a la romana con ensalada

Menú opcional

Pisto
Cinta de Sajonia con patatas al horno

Champiñón salteado
Salchichas al vino con puré de patata

Sopa de cebolla
Tortilla francesa con tomate aliñado

Ensalada de tomate
Tiras de pollo salteadas con patatas horno

Repollo al ajo arriero
Palitos de merluza con ensalada

Sopa de arroz
Huevos moll con ensalada

Acelgas rehogadas
Calabacín relleno

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Kcal:

1970.04

Kcal:

2015.6

Kcal:

2117.47

Kcal:

1944.5

Kcal:

2070.4

Kcal:

1941.68

Kcal:

1984.4

Prot (g)

75.4

Prot (g)

79.6

Prot (g)

106.1

Prot (g)

89.3

Prot (g)

96.4

Prot (g)

85.45

Prot (g)

82.3

HC.(g)

256.1

HC.(g)

221.9

HC.(g)

199.1

HC.(g)

194.2

HC.(g)

216.45

HC.(g)

226.45

HC.(g)

230.6

71.56

Lip (g)

81.3

Lip (g)

99.63

Lip (g)

90.1

Lip (g)

91

Lip (g)

77.12

Lip (g)

85.8

Lip (g)

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES****SÁBADO****DOMINGO****Desayuno**

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

ComidaPatatas con choco
Cinta de Sajonia con ensaladaSopa de cocido
Cocido completoArroz caldoso
Pollo asado con patatas fritasLentejas estofadas
Salmón a la plancha con champiñonesSalmorejo cordobés
Lasaña de ternera picadaEnsalada Cesar
MusakaHabas con jamón
Ragout de ternera con patatas cuadrillo**Menú opcional**Crema de ave
Bacalao con pisto
Fruta de temporadaGuisantes con jamón
Cerdo a la naranja con patatas al horno
Fruta de temporadaJudías verdes en salsa de tomate
Merluza a la romana con ensalada
Postre caseroSopa de verduras
Hamburguesa ternera plancha con champiñones
Fruta de temporadaCalabacín rebozado
Abadejo al limón con patatas
Fruta de temporadaVichyssoise
Huevos pasteurizados fritos con patatas
Fruta de temporadaCrema de ave
Flamenquines con ensalada
Postre casero**MENÚ VERANO 2021****Merienda**

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

CenaSopa de picadillo
Fritura Variada con ensaladaCrema de zanahoria
Huevos rellenos con ensaladaEnsalada de pasta
Salchichas al vino con puré de patataEspinacas rehogadas
Tortilla de patatas con ensaladaEnsalada del chef
Redondo de pavo con patatas al hornoCrema de verduras
PizzaEnsaladilla rusa
Merluza en salsa con espárragos**Menú opcional**Ensalada de arroz
Revuelto de setas con ensalada
Fruta o yogurPisto
Cinta de lomo empanada con ensalada
Fruta o yogurCrema de ave
Empanada de atún
Fruta o yogurSopa de fideos
Lacón con patatas al vapor
Fruta o yogurCrema de puerro
Tiras de sepia rebozadas con tomate aliñado
Fruta o yogurSopa de picadillo
Pollo a la plancha con ensalada
Fruta o yogurSopa juliana
Hojaldre de setas con ensalada
Fruta o yogurKcal: 2043.64
Prot (g) 81.4
HC.(g) 264
Líp (g) 73.56Kcal: 2152.5
Prot (g) 85.8
HC.(g) 209.8
Líp (g) 92.7Kcal: 1936.7
Prot (g) 99.8
HC.(g) 194.5
Líp (g) 86.3Kcal: 2200.5
Prot (g) 65.3
HC.(g) 245.1
Líp (g) 61.9Kcal: 1906.9
Prot (g) 88.6
HC.(g) 212.4
Líp (g) 78.1Kcal: 2302.5
Prot (g) 92.6
HC.(g) 229.3
Líp (g) 97.7Kcal: 1916
Prot (g): 86
HC.(g): 201.3
Líp (g):85.2**RESIDENCIA VIRGEN DEL PILAR****Dieta basal****Semana 5**

Catasa
Facility services

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

Comida

Fideúa

Ensalada campera

Gazpacho

Ensalada de pochas

Lentejas con chorizo

Crema de calabaza

Ensaladilla rusa

Pechuga de pollo empanada con ensalada

Merluza a la romana con tomate aliñado

Lasaña de ternera

Pollo asado con patatas panadera

Carrillera de ternera en salsa con patatas fritas

Arroz a la cubana

Boquerones fritos con ensalada

Menú opcional

Pisto

Alcachofas con jamón

Ensalada de pasta

Crema de zanahoria

Coliflor al ajillo

Lombarda con manzana

Vichyssoise

Hamburguesa a la plancha con patatas fritas

Filete de pollo con tomate aliñado

Huevos rellenos de atún con lechuga

Bacalao con tomate y pimiento

Lacón con patatas

Magro con tomate y patatas panaderas

Cinta de lomo a la plancha con patatas al horno

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

MENÚ VERANO 2021

Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

Sopa castellana

Crema de espinacas

Guisantes con jamón york

Crema reina

Menestra de verduras

Crema de espárragos

Sopa de lluvia

Salchichas al vino con puré de patata

Lacón al horno con patatas al vapor

Fogonero en salsa con patatas

Estofado de pavo con patatas al horno

Caella adobada con tomate aliñado

Pizza

Tortilla de patatas con ensalada

Menú opcional

Crema de ave Quiche Lorraine

Arroz 3 delicias

Crema de puerro

Berenjena rebozada

Sopa de fideos

Judías verdes con vinagreta Merluza en salsa verde con patatas al horno

Champiñón al ajillo

Empanada de carne con ensalada

Pechuga de pollo con tomate aliñado

Empanadillas con ensalada

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Kcal: 1845.88

Kcal: 2011.5

Kcal: 2063.8

Kcal: 2080.9

Kcal: 1970.84

Kcal: 1954.6

Kcal: 2002.2

Prot (g) 89.56

Prot (g) 80.6

Prot (g) 65.45

Prot (g) 94.2

Prot (g) 98.56

Prot (g) 86

Prot (g) 85.6

HC.(g) 206.4

HC.(g) 169.5

HC.(g) 226.4

HC.(g) 213.4

HC.(g) 201.1

HC.(g) 196.1

HC.(g) 203

Líp (g) 73.56

Líp (g) 101.3

Líp (g) 99.6

Líp (g) 94.56

Líp (g) 85.8

Líp (g) 91,8

Líp (g) 94.2