



MENÚ TRITURADO - ROTATIVO SEMANAL

LUNES

TRITURADO DE VERDURAS CON POLLO

Calorías: 181 / Proteínas: 8
Lípidos: 5 / H.Carbono: 24

MARTES

TRITURADO DE VERDURAS CON HUEVO

Calorías: 110 / Proteínas: 5
Lípidos: 4 / H.Carbono: 11

MIÉRCOLES

TRITURADO DE VERDURAS CON VACUNO

Calorías: 201 / Proteínas: 8
Lípidos: 7 / H.Carbono: 24

JUEVES

TRITURADO DE VERDURAS CON PESCADO

Calorías: 155 / Proteínas: 6
Lípidos: 3 / H.Carbono: 24

VIERNES

TRITURADO DE VERDURAS CON POLLO

Calorías: 181 / Proteínas: 8
Lípidos: 5 / H.Carbono: 24

El menú de triturados estará compuesto por una base de verduras (puerro, calabacín, patata, calabaza y zanahoria) y la proteína que corresponda.



¿NECESITA INFORMACIÓN, QUIERE SABER MÁS SOBRE ALÉRGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA? PUEDE CONOCER EL RD. 126/2015 Y EL REG. 1169/2011 EN LAS COCINAS DEL CENTRO.

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA

Arroz, pasta, patata o legumbre _____
Verduras _____
Carnes _____
Pescados _____
Huevo _____
Fruta _____
Lácteo _____

SUGERENCIA PARA LA CENA

Verdura u hortaliza cruda o cocinada _____
Arroz, pasta o patata _____
Pescados o huevo _____
Carne o huevo _____
Pescado o carne _____
Lácteo o fruta _____
Fruta _____



www.hoycosa.es