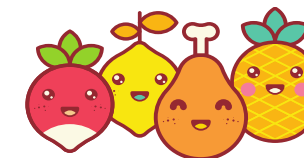


DIETA HIPOCALÓRICA

CEO LA PARED

Dieta 1500 cal

Noviembre y Diciembre 2021



LUNES
01-NOV. -29-NOV.
PURÉ DE ZANAHORIA Y BUBANGO
FILO AL NATURAL
VERDURAS SALTEADAS BC
1/2 PAN INTEGRAL GELATINA S/A

MARTES
02-NOV. -30-NOV.
POTAJE DE JUDIAS BLANCAS
MUSLO DE POLLO SIN PIEL AL HORNO
TOMATES ALIÑADOS
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
03-NOV. -01-DIC.
POTAJE DE VERDURAS
PECHUGA DE PAVO
JUDÍAS VERDES AL ACEITE DE OLIVA
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

JUEVES
04-NOV. -02-DIC.
SOPA DE POLLO
LOMO DE CARBONERO
BRÓCOLI Y COLIFLOR
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

VIERNES
05-NOV. -03-DIC.
CREMA DE ESPINACAS
GARBANZOS CON VERDURAS BC
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

LUNES
08-NOV. -06-DIC.
SOPA DE TERNERA CON ESTRELLITAS
FOGONERO AL NATURAL
SANFAINA
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MARTES
09-NOV. -07-DIC.
POTAJE DE LEGUMBRES
CINTA DE CERDO AL HORNO
MENESTRA
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
10-NOV. -08-DIC.
CREMA DE CALABAZA
POLLO EN SU JUGO
ESPINACAS Y CHAMPIÑONES
1/2 PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO

JUEVES
11-NOV. -09-DIC.
POTAJE DE GARBANZOS
MERLUZA AL CALDO CORTO
ENSALADA MIXTA BC.
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

VIERNES
12-NOV. -10-DIC.
PURE DE ACELGAS Y ZANAHORIAS
PAVO SALTEADO
VERDURAS AL VAPOR
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

LUNES
15-NOV. -13-DIC.
CREMA DE BERROS
ESTOFADO DE TERNERA
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MARTES
16-NOV. -14-DIC.
POTAJE CASERO
ESCALOPINES DE CERDO
PISTO DE VERDURAS
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
17-NOV. -15-DIC.
SOPA DE PICADILLO
CARBONERO AL NATURAL
SALTEADO DE VERDURAS BC.
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

JUEVES
18-NOV. -16-DIC.
CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS
LENTEJAS COMPUESTAS VEG.
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

VIERNES
19-NOV. -17-DIC.
POTAJE DE ESPINACAS Y ACELGAS
PECHUGA DE POLLO
HABICHUELAS AL AJILLO
1/2 PAN INTEGRAL YOGUR DESNATADO

LUNES
22-NOV. -20-DIC.
CREMA DE BRÓCOLI
HAMBURGUESAS NATURALES
ZANAHORIAS BABY CON GUISANTES
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MARTES
23-NOV. -21-DIC.
POTAJE DE LENTEJAS
FOGONERO ESCALFADO
VERDURAS HORNEADAS
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
24-NOV. -22-DIC.
SOPA DE PESCADO
POLLO DESHUESADO
ENSALADA NICOISSE S/AC
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

JUEVES
25-NOV. -23-DIC.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS CON CALABAZA
LOMITOS DE ATÚN
HORTALIZAS GARNIER
1/2 PAN INTEGRAL GELATINA S/A

VIERNES
26-NOV. -24-DIC.
POTAJE HORTELANO
CINTA DE CERDO AL NATURAL
PIMIENTOS CONFITADOS
1/2 PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015

LOS POTAJES NO LLEVAN PAPAS

DOfo
elaboraciónpc



Fuente
alta

