

# MENU BASAL

MIÉRCOLES 17 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: SOPA DE COCIDO MADRILEÑO</i>
energía: 1.250Kcal proteínas: 63g hidratos: 168g lipidos: 37g	<i>SEGUNDO: GARBANZOS</i>
	<i>POSTRE: HELADO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: MENESTRA DE TERNERA</i>
energía: 948 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 93g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: EMPANADA GALLEGA</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

JUEVES 18 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA CAMPERA</i>
energía: Kcal proteínas: g hidratos: g lipidos: g	<i>SEGUNDO: COCHIFRITO</i> <i>POSTRE: MACEDONIA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: GUISANTES CON JAMÓN</i>
energía: 970 Kcal proteínas: 34g hidratos: 81g lipidos: 54g	<i>SEGUNDO: BARITAS DE MERLUZA</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

VIERNES 19 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: JUDIAS PINTAS CON CHORIZO</i>
energía: 910 Kcal. proteínas: 37g hidratos: 75g lipidos: 29g	<i>SEGUNDO: POLLO AL HORNO CON PATATAS PANADERAS</i>
	<i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES</i>
energía: 744 Kcal. proteínas: 47g hidratos: 55g lipidos: 36g	<i>SEGUNDO: TORTILLA DE PATATAS</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,3 proteínas: 0,62 hidratos: 9,4 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

SABADO 20 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA MARINERA</i>
energía: 1.270 Kcal. proteínas: 23 hidratos: 65 lipidos: 17	<i>SEGUNDO: CORDERO AL HORNO</i>
	<i>POSTRE: FLAN CASERO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE LETRAS</i>
energía: 180,20 proteínas: 2,27 hidratos: 31,7 lipidos: 4,2	<i>SEGUNDO: CROQUETAS Y EMPANADILLAS</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
00:15-00:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,3 proteínas: 0,62 hidratos: 9,4 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

DOMINGO 21 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: PATATAS GRATINADAS CON JAMÓN Y QUESO</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: POLLO JAWAI AL HORNO</i> <i>POSTRE: TARTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: ENSALADA DE TOMATE CON SARDINAS</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: FRITURAS VARIADAS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
23:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

LUNES 22 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA DE POLLO EN SALSA ROSA</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: BOQUERONES REBOZADOS</i> <i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE LA CASA</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: TORTILLA CON JAMÓN Y QUESO</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MARTES 23 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: JUDIAS BLANCAS</i>
energía: 926Kcal proteínas: 41g hidratos: 92g lipidos: 38g	<i>SEGUNDO: CAZÓN AL HORNO CON GUARNICIÓN</i> <i>POSTRE: GELATINA DE LA CASA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE LETRAS</i>
energía: 680 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 109g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: SALCHICHAS AL VINO</i> <i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MIÉRCOLES 24 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: SOPA DE COCIDO MADRILEÑO</i>
energía: 1.250Kcal proteínas: 63g hidratos: 168g lipidos: 37g	<i>SEGUNDO: GARBANZOS</i>
	<i>POSTRE: HELADO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: MENESTRA DE TERNERA</i>
energía: 948 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 93g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: EMBUTIDOS DE LA CASA</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

JUEVES 25 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: LENTEJAS ESTOFADAS</i>
energía: 963 Kcal. proteínas: 45G hidratos: 97G lipidos: 33G	<i>SEGUNDO: ALBONDIGAS A LA JARDINERA CON GUARNICION</i>
	<i>POSTRE: MACEDONIA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA DE ZANAHORIA</i>
energía: 570Kcal proteínas: 30g hidratos: 90g lipidos: 21g	<i>SEGUNDO: FILETE DE LENGUADO REBOZADO</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,3 proteínas: 0,62 hidratos: 9,4 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

VIERNES 26 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 Kcal. proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: GAZPACHO BELLAESCUSA</i>
energía: 948 Kcal. proteínas: 35 hidratos: 57 lipidos: 74	<i>SEGUNDO: COSTILLAS ASADAS CON PATATAS FRITAS</i>
	<i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: ESPAGUETIS GRATINADOS 4 QUESOS</i>
energía: 970Kcal. proteínas: 34 hidratos: 81 lipidos: 54	<i>SEGUNDO: TABLA DE EMBUTIDOS DE LA CASA</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
23:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

SABADO 27 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: JUDIAS VERDES CON PATATAS</i>
energía: 926Kcal proteínas: 41g hidratos: 92g lipidos: 38g	<i>SEGUNDO: CALDERETA DE PESCADO</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: ENSALADA DE TOMATE CON SARDINAS</i>
energía: 680 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 109g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: TORTILLA DE PATATAS</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

DOMINGO 28 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA MARINERA</i>
energía: 1.270 Kcal. proteínas: 23 hidratos: 65 lipidos: 17	<i>SEGUNDO: PAELLA</i>
	<i>POSTRE: TARTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE AJO</i>
energía: 180,20 proteínas: 2,27 hidratos: 31,7 lipidos: 4,2	<i>SEGUNDO: SALCHICHAS CON QUESO</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,3 proteínas: 0,62 hidratos: 9,4 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

LUNES 29 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ESPAGUETIS CON BONITO</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: HAMBURGUESAS CON TOMATE</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA VICHY</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: LENGUADO AL HORNO CON GUARNICION</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MARTES 30 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: PATATAS CON CALAMARES</i>
energía: 749 Kcal. proteínas: 47g hidratos: 37g lipidos: 48 g	<i>SEGUNDO: POLLO ASADO A LA MANZANA</i> <i>POSTRE: GELATINA DE LA CASA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos:4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA DE VERDURAS</i>
energía: 630 Kcal proteínas: 16 hidratos: 70 lipidos: 12	<i>SEGUNDO: EMPANADA GALLEGA</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

LUNES 1 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: MACARRONES CON CHORIZO</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: MERLUZA REBOZADA</i> <i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE PICADILLO</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: CROQUETAS Y EMPANADILLAS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MARTES 2 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
Energía: 290 Proteínas: 5,30 Hidratos: 51,28 Lípidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
Energía: 43,30 Proteínas: 0,62 Hidratos: 9,40 Lípidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: LENTEJAS ESTOFADAS</i>
Energía: 963 Kcal. Proteínas: 45G Hidratos: 97G Lípidos: 33G	<i>SEGUNDO: ALBONDIGAS A LA JARDINERA CON GUARNICION</i>
	<i>POSTRE: GELATINA DE LA CASA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
Energía: 290 Proteínas: 5,30 Hidratos: 51,28 Lípidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: PATATAS AL VAPOR</i>
Energía: 570Kcal Proteínas: 30g Hidratos: 90g Lípidos: 21g	<i>SEGUNDO: LENGUADO EN SALSA CON VERDURAS</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
Energía: 43,3 Proteínas: 0,62 Hidratos: 9,4 Lípidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MIERCOLES 3 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: SOPA DE COCIDO MADRILEÑO</i>
energía: 1.250Kcal proteínas: 63g hidratos: 168g lipidos: 37g	<i>SEGUNDO: GARBANZOS</i> <i>POSTRE: HELADO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: ENSALADA DE TOMATE CON SARDINAS</i>
energía: 948 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 93g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: EMPANADA GALLEGA</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

JUEVES 4 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: CREMA DE CALABAZA</i>
energía: 749 Kcal. proteínas: 47g hidratos: 37g lipidos: 48 g	<i>SEGUNDO: PATATAS A LO POPBRE CON HUEVOS Y CHORIZO</i> <i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos:4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: MENESTRA DE VERDURAS</i>
energía: 630 Kcal proteínas: 16 hidratos: 70 lipidos: 12	<i>SEGUNDO: ENTREMESSES VARIADOS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

VIERNES 5 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: JUDIAS VERDES REHOGADAS</i>
energía: 926Kcal proteínas: 41g hidratos: 92g lipidos: 38g	<i>SEGUNDO: COSTILLAS ASADAS CON PATATAS</i> <i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: PURÉ DE CALABACÍN</i>
energía: 680 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 109g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: BOQUERONES FRITOS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

SABADO 6 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA DE PASTA</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: POLLO ASADO A LA MANZANA</i>
	<i>POSTRE: FLAN CASERO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE ESTRELLAS</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: LENGUADO AL HORNO CON GUARNICION</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

DOMINGO 7 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA CAMPERA</i>
energía: Kcal proteínas: g hidratos: g lipidos: g	<i>SEGUNDO: BACALAO A LA BILBAINA CON GUARNICION</i> <i>POSTRE: FLAN CASERO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA VICHY</i>
energía: 970 Kcal proteínas: 34g hidratos: 81g lipidos: 54g	<i>SEGUNDO: CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATAS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

LUNES 8 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: CAZÓN AL HORNO</i> <i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: SOPA DE LETRAS</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: HAMBURGUESA CON ENSALADA</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MARTES 9 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 Kcal. proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: GAZPACHO BELLAESCUSA</i>
energía: 948 Kcal. proteínas: 35 hidratos: 57 lipidos: 74	<i>SEGUNDO: TERNERA ESTOFADA CON PATATAS FRITAS</i>
	<i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: MENESTRA DE VERDURAS</i>
energía: 970Kcal. proteínas: 34 hidratos: 81 lipidos: 54	<i>SEGUNDO: PANGA REBOZADA</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MIERCOLES 10 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: SOPA DE COCIDO MADRILEÑO</i>
energía: 1.250Kcal proteínas: 63g hidratos: 168g lipidos: 37g	<i>SEGUNDO: GARBANZOS</i> <i>POSTRE: HELADO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: QUESO FRESCO CON MEMBRILLO</i>
energía: 948 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 93g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: SAN JACOBOS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

JUEVES 11 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	Sobre: 150 gr.
	<i><b>ESPECIAL: CHURROS CON CHOCOLATE!!</b></i>
<b>MEDIO DIA</b>	Sobre 150 c.c.
2:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
3:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADILLA RUSA</i>
energía: Kcal proteínas: g hidratos: g lipidos: g	<i>SEGUNDO: BACALAO AL HORNO CON GUARNICION</i>
	<i>POSTRE: MACEDONIA</i>
<b>MERIENDA</b>	Sobre: 150 gr.
6:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos:4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
9:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA DE VERDURAS</i>
energía: 970 Kcal proteínas: 34g hidratos: 81g lipidos: 54g	<i>SEGUNDO: ARITOS DE CEBOLLA Y BOCADITOS DE CARNE</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza
1:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

VIERNES 12 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ARROZ NEGRO CON CALAMARES</i>
energía: 1.270 Kcal. proteínas: 23 hidratos: 65 lipidos: 17	<i>SEGUNDO: SALCHICHAS AL VINO</i>
	<i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: PURÉ DE PATATAS</i>
energía: 180,20 proteínas: 2,27 hidratos: 31,7 lipidos: 4,2	<i>SEGUNDO: ROSBEFT EN SALSA</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
00:15-00:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,3 proteínas: 0,62 hidratos: 9,4 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

LUNES 9 DE JUNIO DE 2008

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ALUBIAS</i>
energía: 910 Kcal. proteínas: 37g hidratos: 75g lipidos: 29g	<i>SEGUNDO: POLLO ASADO A LA NARANJA</i>
	<i>POSTRE: FRUTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: RODAJAS DE TOMATE</i>
energía: 744 Kcal. proteínas: 47g hidratos: 55g lipidos: 36g	<i>SEGUNDO: BOQUERONES REBOZADOS</i>
	<i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,3 proteínas: 0,62 hidratos: 9,4 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

DOMINGO 14 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: HUEVOS RELLENOS</i>
energía: 1003 Kcal proteínas: 69g hidratos: 107g lipidos: 21g	<i>SEGUNDO: CONEJO AL HORNO CON PATATAS PANADERAS</i> <i>POSTRE: TARTA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 27 hidratos: 104 lipidos: 17	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: ESPINACAS SALTEADAS CON JAMÓN</i>
energía: 780 Kcal. proteínas: 32g hidratos: 47g lipidos: 14g	<i>SEGUNDO: BARITAS DE MERLUZA</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
21:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

LUNES 15 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 43,30 proteínas: 0,62 hidratos: 9,40 lipidos: 0,20	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: ENSALADA DE PASTA</i>
energía: 790 Kcal proteínas: 39g hidratos: 95g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: ALBONDIGAS A LA JARDINERA</i> <i>POSTRE: FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27g hidratos: 31,75g lipidos: 4,27g	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: PATATAS GRATINADAS</i>
energía: 520 Kcal proteínas: 21g hidratos: 30g lipidos: 19g	<i>SEGUNDO: BOQUERONES REBOZADOS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 Kcal proteínas: 0,85g hidratos: 17,95g lipidos: 0,47g	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>

# MENU BASAL

MARTES 16 DE JUNIO DE 2009

<b>DESAYUNO</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
09:30-10:00	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i>
energía: 290 proteínas: 5,30 hidratos: 51,28 lipidos: 6,47	<i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i> <i>ZUMO SIN AZÚCAR, FRUTA DEL TIEMPO</i>
<b>MEDIO DIA</b>	<b>Sobre 150 c.c.</b>
12:00-12:45	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR Ó GELATINA</i>
<b>COMIDA</b>	
13:00-14:00	<i>PRIMERO: JUDIAS VERDES CON PATATAS</i>
energía: 926Kcal proteínas: 41g hidratos: 92g lipidos: 38g	<i>SEGUNDO: LENGUADO AL HORNO CON GUARNICION</i> <i>POSTRE: GELATINA DE LA CASA</i>
<b>MERIENDA</b>	<b>Sobre: 150 gr.</b>
16:30-17:30	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 180,2 Kcal proteínas: 2,27 hidratos: 31,75 lipidos: 4,27	<i>DESCAFEINADO CON LECHE, INFUSIÓN</i> <i>GALLETAS INTEGRALES Ó GALLETAS MARIA Ó MAGDALENAS</i>
<b>CENA</b>	
19:00-20:00	<i>PRIMERO: CREMA DE PUERROS</i>
energía: 680 Kcal. proteínas: 29g hidratos: 109g lipidos: 42g	<i>SEGUNDO: ALBONDIGAS CON PATATAS FRITAS</i> <i>POSTRE: YOGURT</i>
<b>MEDIA NOCHE</b>	<b>Sobre: 150 c.c. ó 1 pieza</b>
01:30-00:00	<i>INGESTA DE LÍQUIDOS</i>
energía: 83,8 proteínas: 0,85 hidratos: 17,95 lipidos: 0,47	<i>ZUMO SIN AZÚCAR, LECHE Ó INFUSIONES</i>