

MENÚ PANCREATITIS ABRIL 2025

Página 1 de 4

1º SEMANA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		7	8	9	10	11	12	13
COMIDA	1º	CREMA DE VERDURAS*	PATATAS ALIÑADAS*	SALTEADO DE VERDURAS*	PAELLA DE VERDURAS PC*	LENTEJAS SALTEADAS CON VERDURAS*	TOMATES ASADOS SIN ORÉGANO*	MACARRONES CON TOMATE*
	2º	TORTILLA DE YORK*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	POLLO ASADO A LA MANZANA*	PESCADILLA AL HORNO*	TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA*	LENGUADO A LA PLANCHA CON ARROZ*	FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO*
	POSTRES	MANZANA ASADA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*
CENA	1º	JUDÍAS VERDES CON PATATAS*	MENESTRA DE VERDURA (SIN BRÓCOLI NI COLIFLOR)*	CREMA DE PUERRO*	ENSALADA DE PASTA SIN ATÚN*	SOPA JULIANA PC*	CREMA DE AJETES TIERNOS*	ACELGAS CON JAMÓN*
	2º	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	MERO CON ENELDO Y LACITOS*	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS*	BROCHETA DE POLLO*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	TERNERA CON ENSALADA*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*
	POSTRES	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	MANZANA ASADA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*
Kcal	1375	1.325	1.364	1.276	1.589	1.434	1.243	1.394
Proteína g	76	70	69	62	81	74	80	96
HC g	145	136	145	115	194	148	131	145
HC Simp. g	47	62	36	57	57	36	41	39
Lípidos g	49	50	47	58	50	56	40	43
Sal g	5	4	7	4	4	9	4	6

(*) La opción mas recomendable y se utiliza para la valoración nutricional estimada de la comida y cena. Esta estimación incluye café, pan y postre.

Dpdo. En Nutrición y Dietética

Supervisado por:



MENÚ PANCREATITIS ABRIL 2025

Página 2 de 4

2º SEMANA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		14	15	16	17	18	19	20
COMIDA	1º	ENSALADA DE COGOLLOS, TOMATE Y MAÍZ*	ARROZ TRES DELICIAS*	SOPA DE COCIDO PC (CALDO DESGRASADO)*	PATATAS ALIÑADAS*	ACELGAS CON JAMÓN Y PATATA*	CREMA DE LENTEJAS CON VERDURAS*	GUISANTES CON PATATA Y CEBOLLA*
	2º	FILETE DE TERNERA CON PATATA PANADERA*	MERO AL HORNO CON ENSALADA*	COCIDO LIGERO PC*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	PESCADILLA AL HORNO*	FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO*	TERNERA CON ENSALADA*
	POSTRES	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	MANZANA ASADA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*
CENA	1º	MENESTRA DE VERDURA (SIN BRÓCOLI NI COLIFLOR)*	CREMA DE VERDURAS*	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON VINAGRETA*	ESPINACAS CON PATATA*	ENSALADA DE ESCAROLA, MANZANA Y REMOLACHA*	CREMA DE ZANAHORIA*	JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA*
	2º	GALLO CON ENSALADA*	POLLO ASADO A LA MANZANA*	PESCADILLA AL HORNO CON PATATA PANADERA*	HUEVOS RELLENOS CON JAMÓN YORK*	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	LENGUADO A LA PLANCHA*	LENGUADO A LA PLANCHA CON ARROZ*
	POSTRES	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*
Kcal	1334	1.252	1.551	1.279	1.260	1.262	1.382	1.355
Proteína g	81	79	87	80	58	76	99	90
HC g	137	101	176	137	132	123	149	143
HC Simp. g	44	38	52	35	36	62	46	39
Lípidos g	45	55	46	41	51	47	36	41
Sal g	5	4	4	5	8	6	4	4

(*) La opción mas recomendable y se utiliza para la valoración nutricional estimada de la comida y cena. Esta estimación incluye café, pan y postre.

Dpdo. En Nutrición y Dietetica

Col. MAD00216
Axel Ceinos Moraza

CODINMA
Colegio Profesional de Dietistas y Nutricionistas de Madrid

Supervisado por:

MENÚ PANCREATITIS ABRIL 2025

Página 3 de 4

3º SEMANA		LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SABADO 26	DOMINGO 27
COMIDA	1º	ENSALADA DE ARROZ CON HUEVO Y YORK*	LENTEJAS SALTEADAS CON VERDURAS*	TALLARINES CON TOMATE*	SOPA DE PICADILLO*	CREMA DE ZANAHORIA*	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN*	CREMA DE GARBANZOS CON VERDURAS*
	2º	FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	BROCHETA DE POLLO*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	FILETE DE TERNERA CON PATATA PANADERA*	PESCADILLA AL HORNO*
	POSTRES	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	MANZANA ASADA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*
CENA	1º	ESPINACAS CON PATATA*	SOPA DE ARROZ CON VERDURAS PC*	CREMA DE GUISANTES*	ENSALADA DE ARROZ CON HUEVO Y YORK*	ENSALADA DE COGOLLOS, TOMATE Y MAÍZ*	CREMA DE PUERRO*	ACELGAS CON JAMÓN Y PATATA*
	2º	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA *	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	TORTILLA DE YORK*	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	LENGUADO A LA PLANCHA CON ARROZ*	MERLUZA ENCEBOLLADA*	ESCALOPE DE POLLO*
	POSTRES	MANZANA ASADA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*
Kcal	1476	1.709	1.442	1.473	1.700	1.216	1.308	1.480
Proteína g	88	96	80	80	98	76	85	102
HC g	152	155	164	161	186	131	121	145
HC Simp. g	47	65	37	39	61	41	47	37
Lípidos g	52	72	47	52	58	39	47	49
Sal g	6	5	6	4	9	4	5	6

(*) La opción mas recomendable y se utiliza para la valoración nutricional estimada de la comida y cena. Esta estimación incluye café, pan y postre.

Dpdo. En Nutrición y Dietetica

Supervisado por:

Col. MAD00216
Axel Ceinos Moraza

CODINMA
Colegio Profesional de Dietistas y Nutricionistas de Madrid

MENÚ PANCREATITIS ABRIL 2025

Página 4 de 4

4º SEMANA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		28	29	30	1	2	3	4
COMIDA	1º	PAELLA DE VERDURAS PC*	JUDÍAS VERDES CON PATATAS*	CREMA DE GARBANZOS CON VERDURAS*	ESPINACAS REHOGADAS*	TALLARINES CON TOMATE*	LENTEJAS SALTEADAS CON VERDURAS*	CREMA DE AJETES TIERNOS *
	2º	TERNERA CON ENSALADA*	TORTILLA DE PUERRO*	BROCHETA DE POLLO*	POLLO AL HORNO CON PATATAS*	GALLO CON ENSALADA*	POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE*	LENGUADO A LA PLANCHA*
	POSTRES	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	MANZANA ASADA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*
CENA	1º	ALCACHOFAS REHOGADAS*	SOPA DE PICADILLO*	ENSALADA DE ESCAROLA, MANZANA Y REMOLACHA*	CREMA DE PUERRO*	CREMA DE VERDURAS*	ACELGAS CON JAMÓN*	SOPA DE ARROZ CON VERDURAS PC*
	2º	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	SALMÓN CON ENELDO Y LACITOS*	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS*	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	ESCALOPE DE POLLO*
	POSTRES	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*
Kcal	1408	1.535	1.315	1.481	1.232	1.523	1.422	1.347
Proteína g	82	78	82	82	67	83	96	83
HC g	145	173	118	156	111	177	134	146
HC Simp. g	41	36	35	43	37	63	30	46
Lípidos g	50	53	53	53	52	48	51	43
Sal g	5	9	4	3	4	4	9	3

(*) La opción mas recomendable y se utiliza para la valoración nutricional estimada de la comida y cena. Esta estimación incluye café, pan y postre.

Dpdo. En Nutrición y Dietetica

Supervisado por:

Col. MAD00216
Axel Ceinos Moraza

CODINMA
Colección
Profesional
de Dietistas
Nutricionistas
de Madrid.