

**MENÚ PANCREATITIS MAYO 2025**

**Página 1 de 4**

1º SEMANA		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		5	6	7	8	9	10	11
COMIDA	1º	JUDÍAS VERDES SALTEADAS*	SOPA DE COCIDO PC (CALDO DESGRASADO)*	ARROZ CON TOMATE*	CREMA DE ZANAHORIA*	SALTEADO DE VERDURAS*	ENSALADA COMPLETA CON YORK Y MAÍZ*	JUDÍAS VERDES CON PATATAS*
	2º	FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO*	COCIDO LIGERO PC*	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA*	MERO AL HORNO CON ENSALADA*	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURAS*	PESCADILLA AL HORNO*
	POSTRES	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*	MANZANA ASADA*	PIEZA DE FRUTA*	YOGUR DESNATADO SIN LACTOSA*
CENA	1º	ENSALADA CAMPERA SIN ATÚN*	ENSALADA DE ESCAROLA, MANZANA Y REMOLACHA*	ESPINACAS REHOGADAS*	CREMA DE PUERRO*	ENSALADA DE COGOLLOS, TOMATE Y MAÍZ*	PATATAS ALIÑADAS*	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLETA*
	2º	TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	LENGUADO A LA PLANCHA*	CONTRA MUSLO DE POLLO CON ENSALADA*	HUEVOS A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*
	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*
<b>Kcal</b>	1312	1.413	1.298	1.323	1.225	1.345	1.434	1.147
<b>Proteína g</b>	71	83	71	71	61	65	78	65
<b>HC g</b>	134	112	155	139	143	122	140	128
<b>HC Simp. g</b>	43	43	38	33	46	61	41	40
<b>Lípidos g</b>	49	64	39	50	41	57	56	38
<b>Sal g</b>	5	5	7	4	6	4	4	8

(\*) 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:**



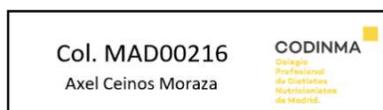
### MENÚ PANCREATITIS MAYO 2025

Página 2 de 4

2º SEMANA		LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	SABADO 17	DOMINGO 18
COMIDA	1º	CREMA DE VERDURAS*	PATATAS ALIÑADAS*	LENTEJAS SALTEADAS CON VERDURAS*	PAELLA DE VERDURAS PC*	CREMA DE ZANAHORIA*	SALTEADO DE VERDURAS*	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*	TOMATES ASADOS SIN ORÉGANO*	CREMA DE PUERRO*	ENSALADA DE PASTA SIN ATÚN*	ENSALADA COMPLETA CON YORK Y MAÍZ*	CREMA DE AJETES TIERNOS*	ACELGAS CON JAMÓN*
	2º	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	MERO CON ENELDO Y LACITOS*	HUEVOS RELLENOS CON JAMÓN YORK*	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*
<b>Kcal</b>	1392	1.325	1.291	1.461	1.589	1.380	1.304	1.394
<b>Proteína g</b>	79	70	67	82	81	73	81	96
<b>HC g</b>	148	136	144	156	194	130	132	145
<b>HC Simp. g</b>	48	62	37	56	57	44	41	39
<b>Lípidos g</b>	48	50	42	49	50	59	46	43
<b>Sal g</b>	5	4	6	5	4	10	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 MAYO 2025**

**Página 3 de 4**

3º SEMANA		LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23	SABADO 24	DOMINGO 25
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*	GALLO CON ENSALADA*	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 PATATAS*
	2º	GALLO CON ENSALADA*	POLLO ASADO A LA MANZANA CON PATATA*	PESCADILLA AL HORNO CON PATATA PANADERA*	HUEVOS RELLENOS CON JAMÓN YORK*	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	LENGUADO A LA PLANCHA*	PESCADILLA AL HORNO*
	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*
<b>Kcal</b>	1342	1.252	1.612	1.279	1.260	1.308	1.382	1.303
<b>Proteína g</b>	82	79	89	80	58	79	99	87
<b>HC g</b>	137	101	188	137	132	124	149	127
<b>HC Simp. g</b>	44	38	53	35	36	62	46	41
<b>Lípidos g</b>	46	55	46	41	51	50	36	43
<b>Sal g</b>	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 Dietética**

**Supervisado por:**



**MENÚ PANCREATITIS MAYO 2025**

**Página 4 de 4**

4º SEMANA		LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30	SABADO 31	DOMINGO 1
COMIDA	1º	ENSALADA DE ARROZ CON HUEVO Y YORK*	ENSALADA DE LENTEJAS*	TALLARINES CON TOMATE*	SALTEADO DE VERDURAS*	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*	CREMA DE PUERRO*	PATATAS ALIÑADAS*	CREMA DE VERDURAS*	ENSALADA DE COGOLLOS, TOMATE Y MAÍZ*	ACELGAS CON JAMÓN Y PATATA*	CREMA DE AJETES TIERNOS*
	2º	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	MERO AL HORNO CON ENSALADA*	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*
<b>Kcal</b>	1391	1.627	1.317	1.440	1.312	1.216	1.372	1.453
<b>Proteína g</b>	83	104	72	73	65	76	93	96
<b>HC g</b>	142	155	135	153	150	131	122	149
<b>HC Simp. g</b>	47	64	40	35	63	41	43	43
<b>Lípidos g</b>	49	59	45	56	45	39	51	46
<b>Sal g</b>	5	5	7	4	8	4	7	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**

**Supervisado por:**

