

MENÚ PANCREATITIS NOVIEMBRE 2025

Página 1 de 4

1º SEMANA		LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7	SABADO 8	DOMINGO 9
COMIDA	1º	CREMA DE ZANAHORIA*	ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN Y PUERRO*	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURAS*	ENSALADA DE ESCAROLA, MANZANA Y REMOLACHA*	ARROZ CON TOMATE*	CREMA DE LENTEJAS CON VERDURAS*	JUDÍAS VERDES CON PATATAS*
	2º	PESCADILLA AL HORNO CON PATATA PANADERA*	PECHUGA DE PAVO ENCEBOLLADA*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	MUSLITOS DE POLLO AL HORNO*	TORTILLA DE CALABACÍN CON LECHUGA*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	POLLO SALTEADO CON PIMIENTOS Y CEBOLLA*
	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	ARROZ TRES DELICIAS*	CREMA DE ZANAHORIA*	SOPA JULIANA PC*	ALCACHOFAS REHOGADAS*	ACELGAS CON JAMÓN Y PATATA*	CREMA DE PUERRO*	MENESTRA DE VERDURA (SIN BRÓCOLI NI COLIFLOR)*
	2º	TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA*	LENGUADO A LA PLANCHA*	REVUELTO DE GUISANTES CON CEBOLLA*	PAVO AL AJILLO CON PATATA HERVIDA*	TERNERA CON ENSALADA*	FILETE DE PAVO CON ENSALADA*	PESCADILLA AL HORNO CON PATATA PANADERA*
	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	1415	1.524	1.417	1.502	1.167	1.658	1.382	1.256
Proteína g	82	77	100	66	73	78	104	76
HC g	145	176	159	147	96	181	140	117
HC Simp. g	44	42	45	44	38	58	38	42
Lípidos g	51	53	37	66	48	65	40	47
Sal g	5	6	5	6	4	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

Supervisado por:

Col. MAD00216
Axel Ceinos Moraza

CODINMA
Colegio
Profesional
de Dietistas
Nutricionistas
de Madrid

MENÚ PANCREATITIS NOVIEMBRE 2025

Página 2 de 4

2º SEMANA		LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14	SABADO 15	DOMINGO 16
COMIDA	1º	PAELLA DE POLLO*	MACARRONES CON TOMATE*	SOPA DE COCIDO PC (CALDO DESGRASADO)*	PATATAS ALIÑADAS*	CREMA DE VERDURAS*	CREMA DE LENTEJAS CON VERDURAS*	JUDÍAS VERDES CON PATATAS*
	2º	GALLO CON ENSALADA*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	COCIDO LIGERO PC*	TERNERA CON ENSALADA*	BACALAO AL AJILLO*	TORTILLA DE YORK*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*
	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	SOPA JULIANA PC*	ACELGAS CON JAMÓN*	CREMA DE ZANAHORIA*	ESPINACAS CON PATATA*	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLETA*	CREMA DE VERDURAS*	SOPA DE ARROZ CON VERDURAS PC*
	2º	POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE*	HUEVOS A LA PLANCHA CON PATATA HERVIDA*	PESCADILLA AL HORNO*	TORTILLA DE PUERRO*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	WOK DE POLLO CON VERDURAS*	PAVO AL AJILLO*
	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	1344	1.546	1.448	1.243	1.413	1.142	1.401	1.213
Proteína g	77	94	66	79	70	71	85	77
HC g	142	164	169	143	132	123	140	122
HC Simp. g	43	57	37	42	57	37	37	35
Lípidos g	47	53	53	34	62	37	50	41
Sal g	5	4	9	3	4	8	4	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

Col. MAD00216
Axel Ceinos Moraza

CODINMA
Colegio Profesional de Dietistas Nutricionistas de Madrid.

Supervisado por:

MENÚ PANCREATITIS NOVIEMBRE 2025

Página 3 de 4

3º SEMANA		LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21	SABADO 22	DOMINGO 23
COMIDA	1º	PATATAS ALIÑADAS*	TALLARINES CON TOMATE*	SOPA JULIANA PC*	LENTEJAS SALTEADAS CON VERDURAS*	MACARRONES CON TOMATE*	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN*	GARBANZOS SALTEADOS CON ESPINACAS Y MERLUZA*
	2º	PERCA AL HORNO CON ENSALADA*	POLLO ASADO A LA MANZANA*	FILETE DE TERNERA CON PATATA PANADERA*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	FILETE DE PAVO CON ENSALADA*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*	FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO*
	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	ACELGAS CON JAMÓN Y PATATA*	SOPA JULIANA PC*	ESPÁRRAGOS BLANCOS CON VINAGRETA*	CREMA DE GUISANTES*	ENSALADA DE ESCAROLA, MANZANA Y REMOLACHA*	ESPINACAS CON PATATA*	CREMA DE VERDURAS*
	2º	PECHUGA DE PAVO CON TOMATE ASADO*	JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON ENSALADA*	BACALAO AL AJILLO*	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	TERNERA CON ENSALADA*	HUEVOS RELLENOS CON JAMÓN YORK*
	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	1379	1.239	1.494	1.160	1.477	1.519	1.205	1.562
Proteína g	85	91	65	80	89	83	91	97
HC g	136	114	172	90	143	191	90	153
HC Simp. g	43	35	55	33	38	62	29	52
Lípidos g	50	43	57	51	54	42	49	54
Sal g	5	5	6	5	4	8	5	5

(*) 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:

CoI. MAD00216
Axel Ceinos Moraza

CODINMA
Colegio
Profesional
de Dietistas
Nutricionistas
de Madrid.

MENÚ PANCREATITIS NOVIEMBRE 2025

Página 4 de 4

4º SEMANA		LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28	SABADO 29	DOMINGO 30
COMIDA	1º	ENSALADA DE COGOLLOS, TOMATE Y MAÍZ*	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS PC*	SOPA DE COCIDO PC (CALDO DESGRASADO)*	ENSALADA CAMPERA SIN ATÚN*	TALLARINES CON TOMATE*	LENTEJAS SALTEADAS CON VERDURAS*	JUDÍAS VERDES CON PATATAS*
	2º	TORTILLA FRANCESA Y PATATAS HERVIDAS*	TERNERA CON ENSALADA*	COCIDO LIGERO PC*	BACALAO AL AJILLO*	GALLO CON ENSALADA*	FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO*	FILETE DE PAVO CON ENSALADA*
	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	SOPA DE ARROZ CON VERDURAS PC*	ENSALADA COMPLETA CON YORK Y MAÍZ*	MENESTRA DE VERDURA (SIN BRÓCOLI NI COLIFLOR)*	ESPINACAS REHOGADAS*	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLETA*	CREMA DE PUERRO*	SOPA JULIANA PC*
	2º	MUSLITOS DE POLLO AL HORNO*	PERCA CON ENELDO Y LACITOS*	TORTILLA DE PUERRO*	PAN TUMACA CON JAMÓN SERRANO*	FILETE DE TERNERA CON PATATA PANADERA*	HUEVOS RELLENOS CON JAMÓN YORK*	MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA*
	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	1373	1.164	1.677	1.324	1.258	1.583	1.438	1.166
Proteína g	83	57	107	71	81	85	91	86
HC g	137	120	170	128	125	175	145	97
HC Simp. g	40	34	33	36	34	63	43	36
Lípidos g	50	47	59	53	44	55	47	44
Sal g	5	4	4	4	8	4	5	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
Colegio
Profesional
de Dietistas
Nutricionistas
de Madrid.