



R. MAYORES NTRA SRA DEL CAMINO

TEXTURIZADA

Octubre / Noviembre 2018

Servimos con Corazón

S 1	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 31	Jueves 1	Viernes 2	Sábado 3	Domingo 4
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS MANZANA ASADA	TÚRMIX DE PATATAS, ZANAHORIA Y ATÚN BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA, JUDÍAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO YOGURES	TURMIX DE POLLO CON ZANAHORIA Y PATATAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE HUEVO, ATUN, ARROZ Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE PAVO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO YOGURES
Energía (Kcal.)	1.906 Kcal	1.898 Kcal	1.820 Kcal	1.904 Kcal	1.996 Kcal	1.740 Kcal	1.753 Kcal
Proteínas (g.)	P: 89	P: 87	P: 86	P: 76	P: 102	P: 87	P: 83
H.Carbono(g.)	HC: 217	HC: 202	HC: 193	HC: 226	HC: 206	HC: 204	HC: 207
Lípidos (g.)	L: 71	L: 79	L: 75	L: 70	L: 78	L: 59	L: 62

Nota:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CGDO. MAD00104



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

S 2	Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9	Sábado 10	Domingo 11
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE PESCADO AZUL, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO, GARBANZOS Y VERDURAS YOGURES	TRITURADO DE PESCADO BLANCO CON ARROZ Y ZANAHORIAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO COMPOTA	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE HUEVO, ATUN, ARROZ Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Energía (Kcal.)	1.973 Kcal	1.859 Kcal	1.939 Kcal	2.025 Kcal	1.623 Kcal	1.686 Kcal	2.021 Kcal
Proteínas (g.)	P: 88	P: 95	P: 98	P: 104	P: 62	P: 87	P: 88
H.Carbono(g.)	HC: 221	HC: 196	HC: 213	HC: 220	HC: 221	HC: 193	HC: 237
Lípidos (g.)	L: 77	L: 72	L: 72	L: 75	L: 51	L: 50	L: 72

Nota:



S 3	Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16	Sábado 17	Domingo 18
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS	TÚRMIX DE PATATAS, CALABAZA Y CARNE PICADA YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO MANZANA ASADA	TURMIX DE TERNERA, GARBANZOS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE PAVO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE PAVO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	1.753 Kcal	1.868 Kcal	1.883 Kcal	1.697 Kcal	2.076 Kcal	1.930 Kcal	1.764 Kcal
Proteínas (g.)	P: 85	P: 94	P: 86	P: 80	P: 106	P: 88	P: 78
H.Carbono(g.)	HC: 206	HC: 198	HC: 202	HC: 204	HC: 220	HC: 218	HC: 210
Lípidos (g.)	L: 61	L: 74	L: 76	L: 58	L: 80	L: 72	L: 62

Nota:



S 4	Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23	Sábado 24	Domingo 25
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TX DE POLLO CON ZANAHORIA Y ARROZ MANZANA ASADA	TURMIX DE TERNERA, GARBANZOS Y VERDURAS YOGURES	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, YORK, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	1.822 Kcal	1.908 Kcal	1.857 Kcal	2.180 Kcal	1.807 Kcal	1.918 Kcal	1.845 Kcal
Proteínas (g.)	P: 90	P: 89	P: 85	P: 104	P: 86	P: 83	P: 88
H.Carbono(g.)	HC: 200	HC: 207	HC: 212	HC: 241	HC: 208	HC: 222	HC: 200
Lípidos (g.)	L: 68	L: 75	L: 71	L: 83	L: 65	L: 71	L: 71

Nota:



S 5	Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30	Sábado 1	Domingo 2
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS FLAN CASERO	TURMIX DE PESCADO AZUL, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE PESCADO AZUL, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA, GARBANZOS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON ZANAHORIA Y PATATAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, YORK, PATATAS Y VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	1.926 Kcal	1.965 Kcal	1.976 Kcal	1.860 Kcal	1.976 Kcal	1.822 Kcal	2.125 Kcal
Proteínas (g.)	P: 94	P: 100	P: 97	P: 88	P: 97	P: 90	P: 100
H.Carbono(g.)	HC: 200	HC: 214	HC: 230	HC: 202	HC: 230	HC: 200	HC: 231
Lípidos (g.)	L: 78	L: 74	L: 69	L: 73	L: 69	L: 68	L: 83

Nota:



S 1	Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7	Sábado 8	Domingo 9
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS MANZANA ASADA	TÚRMIX DE PATATAS, ZANAHORIA Y ATÚN BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA, JUDÍAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO YOGURES	TURMIX DE POLLO CON ZANAHORIA Y PATATAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE HUEVO, ATUN, ARROZ Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE PAVO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO YOGURES
Energía (Kcal.)	1.906 Kcal	1.898 Kcal	1.820 Kcal	1.904 Kcal	1.996 Kcal	1.740 Kcal	1.753 Kcal
Proteínas (g.)	P: 89	P: 87	P: 86	P: 76	P: 102	P: 87	P: 83
H.Carbono(g.)	HC: 217	HC: 202	HC: 193	HC: 226	HC: 206	HC: 204	HC: 207
Lípidos (g.)	L: 71	L: 79	L: 75	L: 70	L: 78	L: 59	L: 62
Nota:							



S 2	Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14	Sábado 15	Domingo 16
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE PESCADO AZUL, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO, GARBANZOS Y VERDURAS YOGURES	TRITURADO DE PESCADO BLANCO CON ARROZ Y ZANAHORIAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO COMPOTA	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE HUEVO, ATUN, ARROZ Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Energía (Kcal.)	1.973 Kcal	1.859 Kcal	1.939 Kcal	2.025 Kcal	1.623 Kcal	1.686 Kcal	2.021 Kcal
Proteínas (g.)	P: 88	P: 95	P: 98	P: 104	P: 62	P: 87	P: 88
H.Carbono(g.)	HC: 221	HC: 196	HC: 213	HC: 220	HC: 221	HC: 193	HC: 237
Lípidos (g.)	L: 77	L: 72	L: 72	L: 75	L: 51	L: 50	L: 72

Nota:



S 3	Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21	Sábado 22	Domingo 23
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS	TÚRMIX DE PATATAS, CALABAZA Y CARNE PICADA YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO MANZANA ASADA	TURMIX DE TERNERA, GARBANZOS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE PAVO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE PAVO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	1.753 Kcal	1.868 Kcal	1.883 Kcal	1.697 Kcal	2.076 Kcal	1.930 Kcal	1.764 Kcal
Proteínas (g.)	P: 85	P: 94	P: 86	P: 80	P: 106	P: 88	P: 78
H.Carbono(g.)	HC: 206	HC: 198	HC: 202	HC: 204	HC: 220	HC: 218	HC: 210
Lípidos (g.)	L: 61	L: 74	L: 76	L: 58	L: 80	L: 72	L: 62

Nota:



S 4	Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28	Sábado 29	Domingo 30
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TX DE POLLO CON ZANAHORIA Y ARROZ MANZANA ASADA	TURMIX DE TERNERA, GARBANZOS Y VERDURAS YOGURES	TX DE PATATAS, VERDURAS Y PESCADO BLANCO BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, YORK, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	1.822 Kcal	1.908 Kcal	1.857 Kcal	2.180 Kcal	1.807 Kcal	1.918 Kcal	1.845 Kcal
Proteínas (g.)	P: 90	P: 89	P: 85	P: 104	P: 86	P: 83	P: 88
H.Carbono(g.)	HC: 200	HC: 207	HC: 212	HC: 241	HC: 208	HC: 222	HC: 200
Lípidos (g.)	L: 68	L: 75	L: 71	L: 83	L: 65	L: 71	L: 71

Nota:



S 5	Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4	Sábado 5	Domingo 6
Desayuno	DESAYUNO TRITURADO						
Comida	TURMIX DE TERNERA CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS FLAN CASERO	TURMIX DE PESCADO AZUL, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE PESCADO AZUL, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE CERDO CON PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE TERNERA, GARBANZOS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS
Merienda	MERIENDA TRITURADO BSL						
Cena	TURMIX DE POLLO CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE CERDO CON ZANAHORIA Y PATATAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, PATATAS Y VERDURAS BATIDO DE FRUTAS	TURMIX DE YORK, PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE MERLUZA CON PATATAS Y VERDURAS YOGURES	TURMIX DE HUEVO, YORK, PATATAS Y VERDURAS YOGURES
Energía (Kcal.)	1.926 Kcal	1.965 Kcal	1.976 Kcal	1.860 Kcal	1.976 Kcal	1.822 Kcal	2.125 Kcal
Proteínas (g.)	P: 94	P: 100	P: 97	P: 88	P: 97	P: 90	P: 100
H.Carbono(g.)	HC: 200	HC: 214	HC: 230	HC: 202	HC: 230	HC: 200	HC: 231
Lípidos (g.)	L: 78	L: 74	L: 69	L: 73	L: 69	L: 68	L: 83

Nota:

