

MENU BASAL Y DIABETICOS							
SEPTIEMBRE 2026							
	0	1	2	3	4	5	6
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno		Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Chocolate con churros ,tostada Café infusiones
Energía (kcal)		527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	430
Proteínas(g)		11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	7,5
Lípidos (g)		21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	18,2
Carbohidratos(g)		72	72	72	72	72	58,4
Ca (mg)		314	314	314	314	314	120
Fe(g)		1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,2
Comida		Patatas con bacalao Pollo en pepitoria pan Fruta temporad	Crema Brocolí Magro al ajillo Pan Fruta temporad	Arroz con verduras y almejas Salchichas al vino Pan Fruta temporad	Lentejas con chorizo y morcilla Lomo a la naranja Pan Fruta temporad	Ensaladilla rusa Pollo asado con zanahorias pan HELADO	Pasta con tomate y beicon Filete de cerdo con pimientos Pan Fruta temporad
Energía (kcal)		742,7	822	1102,4	674,7	695,3	878,1
Proteínas(g)		40,7	34,4	45	32,1	31,9	36,2
Lípidos (g)		14,7	42,4	35,8	19,1	30,5	41,3
Carbohidratos(g)		111,9	70,1	145,5	93,6	73,3	90,4
MERIENDA		Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María
Energía (kcal)		250	250	250	250	250	250
Proteínas(g)		8	8	8	8	8	8
Lípidos (g)		8	8	8	8	8	8
Carbohidratos(g)		36	36	36	36	36	36
Ca (mg)		270	270	270	270	270	270
Fe(g)		0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Cena		Ensalada de pasta Sardinillas en aceite con asadillo Pan flan	Sopa de ajo blanco Huevos rellenos Pan yogurt	Crema de zanahoria Mero encebollado al horno con patata hervida Pan mousse	Puré de verduras merluza en salsa verde Pan natillas	Arroz tres delicias Fiambre variado pan yogur	Judías verdes en ensalada Tortilla de patata Pan yogurt
Energía (kcal)		602,5	708,1	680	618,2	729,6	639,3
Proteínas(g)		38,5	29,2	30,8	33,8	35,4	42,2
Lípidos (g)		12,9	35,3	32,8	27,4	36	25,7
Carbohidratos(g)		83,1	68,4	65,9	59,1	66	59,8

ADAPTACIONES MENÚ DIABÉTICO: SUSTITUCIÓN AZÚCAR POR EDULCORANTE, REDUCCIÓN DE RACIÓN DE HIDRATOS DE CARBONO, SUSTITUCIÓN DE FRITOS POR PLANCHA O COCCIÓN.

RECENA: EN EL TURNO DE NOCHE LOS RESIDENTES PODRÁN SOLICITAR UNA RECENA, QUE SERÁ DE CARÁCTER OBLIGATORIO PARA LOS RESIDENTES DIABÉTICOS (MANZANILLA, ZUMO, LECHE, GALLETAS...)

ATENCIÓN ALERGENOS: LOS DIFERENTES PLATOS QUE APARECEN EN EL PRESENTE MENÚ, PUEDEN CONTENER ALERGENOS. EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS JUNTO A ÉSTE MENÚ, PUEDEN OBSERVAR LOS DIFERENTES ALERGENOS QUE CONTIENE CADA PLATO.

MENU BASAL Y DIABETICOS							SEPTIEMBRE	2026
	7	8	9	10	11	12	13	
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	
Desayuno	fruta, café-leche- infusiones- pan aceite	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones-- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Chocolate con churros,infusiones café Galletas tostada	
Energía (kcal)	527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	430	
Proteinas(g)	11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	7,5	
Lípidos (g)	21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	18,2	
Carbohidratos(g)	72	72	72	72	72	72	58,4	
Ca (mg)	314	314	314	314	314	314	120	
Fe(g)	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,2	
Comida	Cocido madrileño completo	Coliflor con ajada	Pasta con bonito y tomate	Arroz con verduras	Alubia blanca con chorizo	Patatas con bacalao	Sopa de pescado con picatostes	
	Pan	Pollo con tomate patatas fritas	Albondigas con salsa castellana	Alitas fritas Ensalada de lechuga	Hamburguesa en salsa castellana	Lomo con pimientos	Ternera con guisantes	
	Fruta del tiempo	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	
		Fruta del tiempo	fruta	Fruta del tiempo	fruta	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	
Energía (kcal)	938,8	898,2	1129	1099,2	683,8	1105,1	751,4	
Proteinas(g)	43	38,4	64,4	51,3	29,3	40,6	28,2	
Lípidos (g)	40	42,6	35,1	41,6	31,8	50,3	46,2	
Carbohidratos(g)	101,7	90,3	139,1	129,9	70,1	116,9	55,7	
MERIENDA	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	
Energía (kcal)	250	250	250	250	250	250	250	
Proteinas(g)	8	8	8	8	8	8	8	
Lípidos (g)	8	8	8	8	8	8	8	
Carbohidratos(g)	36	36	36	36	36	36	36	
Ca (mg)	270	270	270	270	270	270	270	
Fe(g)	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
Cena	Arroz cubana	Ensalada campera	Guisantes rehogados con bacon	Judías verdes rehogadas	Ensalada de tomate y queso fresco	Crema de puerro	Ensalada mixta	
	Huevos cocidos con beicon	Cazón adobado	Merluza con patata cocida	Salchichas con tomate	Mero al horno con patata hervida	Sardinillas con ensalada de pimientos	Tortilla de patata	
	Pan	Pan	pan	Pan	Pan	pan	Pan	
	yogurt	flan	yogurt	mousse	natillas	yogur	yogurt	
Energía (kcal)	786	658,2	621,2	684,5	824,6	595,6	782,5	
Proteinas(g)	34,3	45,1	29,2	27,3	27,6	30,1	37,2	
Lípidos (g)	52,1	13	33,2	34,1	38,2	17,5	39,7	
Carbohidratos(g)	44,3	90,2	51,4	67,1	92,6	73,3	69,1	

ADAPTACIONES MENÚ DIABÉTICO: SUSTITUCIÓN AZUCAR POR EDULCORANTE, REDUCCIÓN DE RACIÓN DE HIDRATOS DE CARBONO, SUSTITUCIÓN DE FRITOS POR PLANCHA O COCCIÓN.

RECENA: EN EL TURNO DE NOCHE LOS RESIDENTES PODRÁN SOLICITAR UNA RECENA, QUE SERÁ DE CARÁCTER OBLIGATORIO PARA LOS RESIDENTES DIABÉTICOS (MANZANILLA, ZUMO, LECHE, GALLETAS...)

ATENCIÓN ALERGENOS: LOS DIFERENTES PLATOS QUE APARECEN EN EL PRESENTE MENÚ, PUEDEN CONTENER ALERGENOS. EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS JUNTO A ÉSTE MENÚ, PUEDEN OBSERVAR LOS DIFERENTES ALERGENOS QUE CONTIENE CADA PLATO.

MENU BASAL Y DIABETICOS							
SEPTIEMBRE 2026							
	14	15	16	17	18	19	20
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- s Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Chocolate con churros,infusiones, café Galletas tostada
Energía (kcal)	527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	430
Proteínas(g)	11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	7,5
Lípidos (g)	21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	18,2
Carbohidratos(g)	72	72	72	72	72	72	58,4
Ca (mg)	314	314	314	314	314	314	120
Fe(g)	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,2
Comida	Cocido madrileño completo Pan Fruta temporad	Arroz con verdura y calamar Pollo estofado c. champiñón pan Fruta temporad	Ensalada mixta Patatas con bacalao Pan Fruta temporad	Pasta con tomate Filete ruso en salsa castellana Pan Fruta temporad	Pure de verdura con picatostes Cinta de lomo con ensalada lechuga Pan Fruta temporad	Coliflor con besamel Pollo asado con ensalada de tomate Pan Fruta temporad	Lentejas con chorizo y morcilla Albondigas en salsa castellana Pan Fruta temporad
Energía (kcal)	662,3	662,3	1018	1146,5	707,3	1000,9	1017,7
Proteínas(g)	46	46	47,1	73,5	30,2	30	35,7
Lípidos (g)	15,9	15,9	34,4	52,5	39,3	53,7	50
Carbohidratos(g)		83,8	130,2	95	58,2	99,4	98,7
MERIENDA	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María
Energía (kcal)	250	250	250	250	250	250	250
Proteínas(g)	8	8	8	8	8	8	8
Lípidos (g)	8	8	8	8	8	8	8
Carbohidratos(g)	36	36	36	36	36	36	36
Ca (mg)	270	270	270	270	270	270	270
Fe(g)	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Cena	Gazpacho con picatostes Huevos cocidos con tomate y patatas Pan yogurt	Ensalada de repollo Bacalao en salsa Pan flan	Ensalada de arroz Flamenquines pan yogurt	Ensalada de tomate y queso fresco Mero salsa verde y patatas hervidas Pan mousse	Judías verdes rehogadas Merluza con patata cocida Pan natillas	Gazpacho Fiambre variado Pan yogur	Ensalada mixta Tortilla de patata pan yogurt
Energía (kcal)	764,1	641,2	869,9	764,1	778,5	835,6	828,8
Proteínas(g)	27,9	27,7	49,7	27,9	32	38,8	46,9
Lípidos (g)	30,9	32,8	43,1	30,9	35,7	34,8	41,9
Carbohidratos(g)	93,6	58,8	70,8	93,6	82,3	91,8	60,1

ADAPTACIONES MENÚ DIABÉTICO: SUSTITUCIÓN AZUCAR POR EDULCORANTE, REDUCCIÓN DE RACIÓN DE HIDRATOS DE CARBONO, SUSTITUCIÓN DE FRITOS POR PLANCHA O COCCIÓN.

RECENA: EN EL TURNO DE NOCHE LOS RESIDENTES PODRÁN SOLICITAR UNA RECENA, QUE SERÁ DE CARÁCTER OBLIGATORIO PARA LOS RESIDENTES DIABÉTICOS (MANZANILLA, ZUMO, LECHE, GALLETAS...)

ATENCIÓN ALERGENOS: LOS DIFERENTES PLATOS QUE APARECEN EN EL PRESENTE MENÚ, PUEDEN CONTENER ALERGENOS. EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS JUNTO A ÉSTE MENÚ, PUEDEN OBSERVAR LOS DIFERENTES ALERGENOS QUE CONTIENE CADA PLATO.

MENU BASAL Y DIABETICOS							
SEPTIEMBRE				2026			
	21	22	23	24	25	26	27
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	fruta, café-leche- infusiones- pan aceite	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones-- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Chocolate con churros, café infusiones Galletas tostada
Energía (kcal)	527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	527,3	430
Proteínas(g)	11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	11,9	7,5
Lípidos (g)	21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	21,3	18,2
Carbohidratos(g)	72	72	72	72	72	72	58,4
Ca (mg)	314	314	314	314	314	314	120
Fe(g)	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,2
Comida	Cocido madrileño completo Pan fruta	Pasta con tomate y bonito Contra muslos estofados c. verdura Pan Fruta temporad	Sopa de verdura con picatostes Filete ruso patatas fritas Pan Fruta temporad	Patatas en con bacalao Ternera estofada con guisantes Pan Fruta temporad	Alubia pinta c chorizo Pechuga de pollo ensalada lechuga Pan Fruta temporad	Brocoli al horno Milanesa de cerdo pimientos rojos pan Fruta temporad	Sopa de picadillo Lomo con pimientos Pan Fruta temporad
Energía (kcal)	938,8	547,5	713,1	737,9	905	784,7	761,8
Proteínas(g)	43	39,6	42,1	44,1	46,6	47,7	37,1
Lípidos (g)	40	15,1	17,1	19,5	39,9	40,3	18,2
Carbohidratos(g)	101,7	63,3	97,7	96,5	90	57,8	112,4
MERIENDA	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María
Energía (kcal)	250	250	250	250	250	250	250
Proteínas(g)	8	8	8	8	8	8	8
Lípidos (g)	8	8	8	8	8	8	8
Carbohidratos(g)	36	36	36	36	36	36	36
Ca (mg)	270	270	270	270	270	270	270
Fe(g)	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Cena	Crema zanahoria Patatas fritas huevo cocido y beicon Pan yogurt	Ensalada campera Rabas Pan flan	Judías verdes, con tomate Mero al horno Pan yogurt	Ensalada de verduras Empanadillas Pan mousse	Gazpacho Merluza en salsa verde pan natillas	Ensalada de arroz Flamenquines Pan yogur	Ensalada mixta Tortilla de patata Pan yogurt
Energía (kcal)	676	1006,6	621,2	733,6	802,1	1106,4	658,2
Proteínas(g)	45,8	24,3	29,2	25,3	51,8	65,1	45,1
Lípidos (g)	35,2	36,6	33,2	41,2	28,9	70,8	13
Carbohidratos(g)	44	145	51,4	65,4	83,7	52,2	90,2

ADAPTACIONES MENÚ DIABÉTICO: SUSTITUCIÓN AZUCAR POR EDULCORANTE, REDUCCIÓN DE RACIÓN DE HIDRATOS DE CARBONO, SUSTITUCIÓN DE FRITOS POR PLANCHA O COCCIÓN.

RECENA: EN EL TURNO DE NOCHE LOS RESIDENTES PODRÁN SOLICITAR UNA RECENA, QUE SERÁ DE CARÁCTER OBLIGATORIO PARA LOS RESIDENTES DIABÉTICOS (MANZANILLA, ZUMO, LECHE, GALLETAS...)

ATENCIÓN ALERGENOS: LOS DIFERENTES PLATOS QUE APARECEN EN EL PRESENTE MENÚ, PUEDEN CONTENER ALERGENOS. EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS JUNTO A ÉSTE MENÚ, PUEDEN OBSERVAR LOS DIFERENTES ALERGENOS QUE CONTIENE CADA PLATO.

MENU BASAL Y DIABETICOS				SEPTIEMBRE		2026	
	28	29	30				
	Lunes	Martes	Miércoles				
Desayuno	fruta, café-leche- infusiones- pan aceite tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada	Fruta-café-leche- infusiones- Galletas tostada				
Energía (kcal)	527,3	527,3	527,3				
Proteínas(g)	11,9	11,9	11,9				
Lípidos (g)	21,3	21,3	21,3				
Carbohidratos(g)	72	72	72				
Ca (mg)	314	314	314				
Fe(g)	1,5	1,5	1,5				
Comida	Cocido madrileño completo Pan fruta	Pasta con tomate y bonito Contra muslos estofados c. verdura Pan Fruta temporad	Sopa de verdura con picatostes Pastel de carne Pan Fruta temporad				
Energía (kcal)	938,8	547,5	713,1				
Proteínas(g)	43	39,6	42,1				
Lípidos (g)	40	15,1	17,1				
Carbohidratos(g)	101,7	63,3	97,7				
MERIENDA	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María	Café leche infusiones galletas María				
Energía (kcal)	250	250	250				
Proteínas(g)	8	8	8				
Lípidos (g)	8	8	8				
Carbohidratos(g)	36	36	36				
Ca (mg)	270	270	270				
Fe(g)	0,5	0,5	0,5				
Cena	Pure de verdura Bacalao con tomate Pan yogurt	Ensalada campera Croquetas de jamon Pan natillas	Judías verdes en ensalada Mero con tomate y patata cocida Pan flan				
Energía (kcal)	676	1006,6	621,2				
Proteínas(g)	45,8	24,3	29,2				
Lípidos (g)	35,2	36,6	33,2				
Carbohidratos(g)	44	145	51,4				

ADAPTACIONES MENÚ DIABÉTICO: SUSTITUCIÓN AZUCAR POR EDULCORANTE, REDUCCIÓN DE RACIÓN DE HIDRATOS DE CARBONO, SUSTITUCIÓN DE FRITOS POR PLANCHA O COCIÓN.

RECENA: EN EL TURNO DE NOCHE LOS RESIDENTES PODRÁN SOLICITAR UNA RECENA, QUE SERÁ DE CARÁCTER OBLIGATORIO PARA LOS RESIDENTES DIABÉTICOS (MANZANILLA, ZUMO, LECHE, GALLETAS...)

ATENCIÓN ALERGENOS: LOS DIFERENTES PLATOS QUE APARECEN EN EL PRESENTE MENÚ, PUEDEN CONTENER ALERGENOS. EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS JUNTO A ÉSTE MENÚ, PUEDEN OBSERVAR LOS DIFERENTES ALERGENOS QUE CONTIENE CADA PLATO.

