

MENU 1 – DIETA DIABETICA

DESAYUNO

A elegir entre las siguientes cuatro opciones

Desayuno 1: Café con leche, copos de avena, yogur y fruta

Desayuno 3: Café con leche, bollería, fruta

Desayuno 2: Café con leche, pan integral con aceite y tomate natural, fruta

Desayuno 4: Café con leche, pan con mantequilla y mermelada o queso, fruta

COMIDA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Albóndigas a la jardinera	Lentejas con verduras	Sopa de fideos	Melón con jamón	Ensalada de verduras asadas	Potaje de garbanzos con espinacas	Ensalada
2º	Gazpacho	Ragut de ternera	Lomo a la plancha con ensalada	Arroz al horno	Fideuà de marisco	Croquetas caseras con tomate natural	Paella valenciana

Como opcional al primer plato de comida y cena, siempre habrá hervido, sopa de pasta o ensalada

CENA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Puré purrusalda	Sopa de arroz	Crema de guisantes y queso fresco	Hervido	Crema de champiñones	Sopa de pollo con fideos	Puré de verduras y legumbres
2º	Merluza con salsa	Tortilla francesa y ensalada	Merluza al horno con patata al vapor	Mero a la plancha con ensalada	Bacalao rebozado con ensalada	Redondo de pavo y verdura asada	Pechuga a la plancha con escalibada



MENU 2 – DIETA DIABETICA

DESAYUNO

A elegir entre las siguientes cuatro opciones

Desayuno 1: Café con leche, copos de avena, yogur y fruta

Desayuno 3: Café con leche, bollería, fruta

Desayuno 2: Café con leche, pan integral con aceite y tomate natural, fruta

Desayuno 4: Café con leche, pan con mantequilla y mermelada o queso, fruta

COMIDA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Gazpacho andaluz	Lentejas estofadas	Sopa de cebada y pollo	Salmorejo	Espárragos con tomate	Alubias con verduras	Ensalada completa
2º	Carrillada al horno con guarnición de patata	Merluza a la plancha con ensalada	Emperador plancha con ensalada	Filete de ternera con ensalada	Arroz a la milanesa	Salmón a la plancha con champiñones	Paella de marisco

Como opcional al primer plato de comida y cena, siempre habrá hervido, sopa de pasta o ensalada

CENA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Crema de brocolí	Sopa de fideos con picadillo	Puré de legumbre	Puré de zanahoria	Sopa de pescado, mejillones y quinoa	Hervido valenciano	Crema de verduras
2º	Mero a la plancha con menestra	Jamoncitos de pollo al horno	Tortilla de jamón con queso fresco y tomate rodajas	Merluza al horno con verduras	Tortilla de champiñones con ensalada	Lomo a la plancha con ensalada	Hamburguesas de pollo con ensalada



MENU 3 – DIETA DIABETICA

DESAYUNO

A elegir entre las siguientes cuatro opciones

Desayuno 1: Café con leche, copos de avena, yogur y fruta

Desayuno 3: Café con leche, bollería, fruta

Desayuno 2: Café con leche, pan integral con aceite y tomate natural, fruta

Desayuno 4: Café con leche, pan con mantequilla y mermelada o queso, fruta

COMIDA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Gazpacho	Arroz caldoso de pollo y conejo	Sopa de cocido	Espárragos con tomate y queso fresco	Lentejas estofadas	Ensalada de pasta con york, queso y huevo (sin salsa)	Ensalada valenciana
2º	Merluza plancha con ensalada	Emperador plancha con ensalada	Cocido	Arroz a la cubana	Pechuga plancha con escalivada	Magro de cerdo al horno	Fideuà

Como opcional al primer plato de comida y cena, siempre habrá hervido, sopa de pasta o ensalada

CENA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Sopa cubierta	Puré de verduras	Puré de zanahoria	Sopa de ajo	Crema de verduras	Hervido valenciano	Sopa maravilla
2º	Chuleta de pavo con calabacín y carlota	Tortilla de calabacín con tomate natural	Chuleta de pavo con patata asada	Mero a la plancha con champiñones	Bacalao rebozado con verduras salteadas	Tortilla de jamón york con tomate natural	Albóndigas a la jardinera



MENU 4 – DIETA DIABETICA

DESAYUNO

A elegir entre las siguientes cuatro opciones

Desayuno 1: Café con leche, copos de avena, yogur y fruta

Desayuno 3: Café con leche, bollería, fruta

Desayuno 2: Café con leche, pan integral con aceite y tomate natural, fruta

Desayuno 4: Café con leche, pan con mantequilla y mermelada o queso, fruta

COMIDA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Gazpacho	Arroz caldoso de pollo y conejo	Sopa de cocido	Espárragos con tomate y queso fresco	Lentejas estofadas	Ensalada de pasta con york, queso y huevo (sin salsa)	Ensalada valenciana
2º	Merluza plancha con ensalada	Emperador a la plancha con ensalada	Cocido	Arroz a la cubana	Pechuga a la plancha con escalibada	Magro de cerdo al horno	Fideúa

Como opcional al primer plato de comida y cena, siempre habrá hervido, sopa de pasta o ensalada

CENA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Sopa cubierta	Puré de verduras	Puré de zanahorias	Sopa de ajo	Crema de verduras	Hervido valenciano	Sopa maravilla
2º	Chuletas de pavo con calabacín y carlota salteada	Tortilla de calabacín con tomate natural	Chuletas de pavo con patata asada	Mero a la plancha con champiñones	Bacalao rebozado con verduras salteadas	Tortilla de jamón york con tomate natural	Albóndigas a la jardinera



MENU 5 – DIETA DIABETICA

DESAYUNO

A elegir entre las siguientes cuatro opciones

Desayuno 1: Café con leche, copos de avena, yogur y fruta

Desayuno 3: Café con leche, bollería, fruta

Desayuno 2: Café con leche, pan integral con aceite y tomate natural, fruta

Desayuno 4: Café con leche, pan con mantequilla y mermelada o queso, fruta

COMIDA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Potaje de trigo y judías verdes	Gazpacho andaluz	Ensalada de garbanzos con huevo	Arroz con acelgas	Judías blanca a la vinagreta	Lentejas estofadas	Ensalada completa
2º	Merluza rebozada con guarnición de verdura	Ragut de ternera	Merluza a la plancha con verdura salteada	Bacalao con pimiento y berenjena al horno	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada	Pollo al horno con verduras asadas	Paella valenciana

Como opcional al primer plato de comida y cena, siempre habrá hervido, sopa de pasta o ensalada

CENA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º	Crema de puerro	Sopa de cebada y pollo	Hervido	Sopa de menudillos	Sopa de fideos	Hervido valenciano	Puré de verduras
2º	Tortilla francesa con ensalada	Pechuga plancha con ensalada	Pollo a la plancha con ensalada	Tortilla de calabacín con ensalada	Lomo a la plancha con ensalada	Bacalao rebozado con ensalada	Merluza al horno con patatas panaderas





MENU 6 – DIETA DIABETICA

DESAYUNO

A elegir entre las siguientes cuatro opciones

Desayuno 1: Café con leche, copos de avena, yogur y fruta

Desayuno 3: Café con leche, bollería, fruta

Desayuno 2: Café con leche, pan integral con aceite y tomate natural, fruta

Desayuno 4: Café con leche, pan con mantequilla y mermelada o queso, fruta

COMIDA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º							
2º							

Como opcional al primer plato de comida y cena, siempre habrá hervido, sopa de pasta o ensalada

CENA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1º							
2º							

