



PLAN MENÚ VERANO

¡ESTE VERANO ES MOMENTO DE HACERLO FÁCIL Y HACERLO BIEN!

Durante las vacaciones de verano deberíamos facilitar las tareas a los que trabajan en cocina.

Ahora toca trabajar eficientemente, hacerlo bien y preparar cosas buenas.

Desde Central Borne queremos proporcionar una selección de productos de fácil elaboración y que tengan buen resultado.

El departamento de Dietética-Nutrición ha definido un plan de menús elaborado a partir de la selección de platos de IV y V gama.

Esta propuesta le facilitará la gestión de los días festivos y las vacaciones del personal de cocina simplificando la elaboración del plan de menús.

Adjuntamos un ejemplo de dos días del menú de verano.



central BORNE

MENÚ VACACIONES

ROKME

SEMANA

	LUNES	DOMINGO
DESAYUNO	CAFÉ CON LECHE (250ml) / ZUMO (200ml) / INFUSIÓN (200ml)*	
	GALLETAS (25g) o MADALENA (30g) o PAN DE MOLDE (2 rebanadas) o PAN BARRA (60g) o BISCOTES (30g) con MARGARINA(20g) I MERMELADA (25g) o YORK (40g) o QUESITOS (30g) o FRUTA (120g)	
V. NUTRICIONAL ALERGENOS	documento desayunos: Kcal: 329Kcal / 11,6g Grasa / 41,9g HC / 14,6g Prot	
COMIDA	MACARRONES EN SALSAS CREMOSAS (230g)	GRAELLADA DE VERDURAS CON SALSAS ROMESCO (250g)
	<i>400g producto APETITO</i>	<i>200g parrillada / 50g salsa romesco</i>
	POLLO AL AJILLO CON GRATEN DE ESPARRAGOS(300g)	CANELONES DE CARNE CON BECHAMEL (210g)
	<i>200g producto APETITO</i>	<i>200g canelones con bechamel / 10g queso rallado</i>
	FRUTA DEL TIEMPO (150g) PAN (50g)	FRUTA DEL TIEMPO (150g) PAN (50g)
V. NUTRICIONAL ALERGENOS	Kcal: 850.03 Grasas: 33.99 Carbohidratos: 87.52 Proteínas: 40.43 Gluten, Leche, Apio, Cacahuete, Frutos Secos	Kcal: 922.53 Grasas: 45.8 Carbohidratos: 100.25 Proteínas: 23.62 Gluten, Frutos secos, Leche, Apio, Soja
MERIENDA	CAFÉ CON LECHE (250ml)/ ZUMO (200ml) / INFUSIÓN (200ml)*	
	GALLETAS (25g) / BISCOTES (30g) / QUESITOS (2 unidades) / FRUTA (120g) /MADALENA (30g)	
V. NUTRICIONAL ALERGENOS	Kcal: 224, Grasas: 6,5 Carbohidratos: 31,25 Proteínas: 9,5	
CENA	SOPA DE AVE CON CON PASTA (250g)	CREMA DE PUERRO (250g)
	<i>220g caldo / 30g de pasta</i>	<i>35g crema GB / 200g agua</i>
	TORTILLA DE JAMÓN DULCE CON TIRAS DE REMOLACHA (210g)	PIMIENTOS DEL PIQUILLO EN SALSAS (160g)
	<i>85g tortilla de jamón dulce / 5ml aceite / 80g remolacha</i>	<i>3 unidades de pimientos de piquillo</i>
	YOGURT DE FRUTAS (125g) PAN (40g)	YOGURT DE FRUTAS (125g) PAN (40g)
V. NUTRICIONAL ALERGENOS	Kcal: 632.07 Grasas: 28.62 Carbohidratos: 60.22 Proteínas: 25.88 Leche, Gluten, Huevos, Soja, Apio	Kcal: 629.95 Grasas: 34.82 Carbohidratos: 49.08 Proteínas: 29.77 Gluten, Leche, Huevo, Apio, Pescado
VALOR NUTRICIONAL TOTAL	Kcal: 2019.56 Grasas: 74.85 Carbohidratos: 234.36 Proteínas: 86.13	Kcal: 2089.94 Grasas: 92.86 Carbohidratos: 235.95 Proteínas: 73.21 Natalia Bertran Llorens Nº Col. CAT 000908 <i>Natalia</i>

Se sirve un desayuno a las 8.30h / o un resopón opcional a las 00.00h que consiste en Yogur (88Kcal / 4,4gG / 7gHC / 5,1GP) o Zumo de frutas (58Kcal / 0,3gG / 12g HC / 0,8gP) o leche (92Kcal / 3,2gG / 9,4gHC / 6,2gP) Siguiendo el modelo d'ACP (Atención Centrada en la Persona) ofrece elección libre en el desayuno y la merienda según preferencia del usuario. (Información en el Documento de Desayunos).

PLAN DE MENÚ VERANO

EJEMPLOS DE PROPUESTA DE PLATOS

Pimientos del piquillo rellenos de bacalao y gambas en salsa

Peso caja (gr)	Uds. caja	Peso Ud. (gr)
3.920	16	245



Gratén de patatas y espárragos

Peso caja (gr)	Uds. caja	Peso Ud. (gr)
4.320	16	270



23362

Macarrones con pavo en salsa cremosa

Peso caja (gr)	Uds. caja	Peso Ud. (gr)
6.400	16	400



Pollo al ajillo

Peso caja (gr)	Uds. caja	Peso Ud. (gr)
6.000	4 bolsas	1.500



Per ampliar informació contacti amb:
atencli@centralborne.com | 933 359 545