

MENÚ SEMANAL Enfermedad renal crónica

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO 	Infusión, café, café con leche  Tostada con paté de pimiento 	Infusión, café, café con leche  Tostada con paté de berenjena 	Infusión, café, café con leche  Tostada con mermelada	Infusión, café, café con leche  Tostada con paté de pimiento 	Infusión, café, café con leche  Tostada con paté de berenjena 	Infusión, café, café con leche  Tostada con mermelada	Infusión, café, café con leche  Mixto de jamón cocido y queso fresco
MEDIA MAÑANA 	Yogur  con mermelada de fresa	Yogur  con dulce de membrillo	Yogur  con miel	Yogur  con mermelada de fresa	Yogur  con dulce de membrillo	Yogur  con miel	Yogur  con mermelada
ALMUERZO 	Ensalada de temporada  Pimientos rellenos de cereales  Fruta de temporada 	Pasta con verduras salteadas  Dados de pavo a la plancha con aceite aromatizado Manzana con canela al microondas 	Plato único: Garbanzos con verduras  y sepia Fruta de temporada 	Patatas a la pobre  Muslo de pollo a la plancha con hierbas provenzales Piña en su jugo (escurrida)	Plato único: Arroz con verduras  y tiras de pavo Fruta de temporada 	Ensalada de temporada  Macarrones a la boloñesa  Melocotón en almíbar (escurrido)	Plato único: Lasaña vegetal  Flan de bebida vegetal y manzana
MERIENDA 	Infusión, café con leche  Tostada de pan blanco con hummus	Infusión, café con leche  Tostada de pan blanco con queso fresco	Infusión, café con leche  Mini de jamón	Infusión, café con leche  Tostada de pan blanco con hummus	Infusión, café con leche  Tostada de pan blanco con queso fresco	Infusión, café con leche  Tostada de pan blanco con hummus	Infusión, café con leche  Bizcocho casero
CENA 	Sopa de fideos Salmón marinado con verduras  Compota de pera	Crema de calabacín  con picatostes Tortilla de claras [✳] Fruta de temporada 	Menestra de verduras  Merluza marinada a la plancha Compota de manzana	Hamburguesa de arroz y verduras (con panecillo)  Fruta de temporada 	Judías verdes  y patatas Lomo a la plancha con aceite aromatizado Manzana con canela al microondas 	Verduras de temporada  con patata y bacalao al horno Fruta de temporada 	Torrada de pan con revuelto de claras [✳] y ajetes  Fruta de temporada 

- Este menú corresponde a un menú estándar que sigue las recomendaciones generales para una alimentación cuando existe alteración de la función renal. Puesto que puede ser necesario que se individualicen las recomendaciones a nivel de ingesta de proteína, restricciones en minerales o de líquidos, consulte siempre a su especialista de referencia.
-  Estas recetas se encuentran disponibles en la plataforma: adaptadas en caso de alteración de la función renal, aunque siempre será necesario comprobar la aptitud del menú completo, por si es necesario realizar ajustes.
- Los desayunos, media mañanas y meriendas pueden intercambiarse según preferencia. Así como acompañar las comidas y cenas con una ración de pan blanco.
- Los días que de segundo plato tengamos carne o pescado, tener en cuenta que la cantidad máxima debería ser en torno a 100g.
 Comprobar siempre la tolerancia a los productos lácteos. Pueden incorporarse productos lácteos sin lactosa o bien sustituirlos por bebidas vegetales de avena o de arroz sin azúcar añadido y libres de aditivos con fósforo y potasio.
 Recordar siempre utilizar las técnicas culinarias recomendadas para adaptar el consumo de verduras y frutas a la alteración de la función renal. Evitar las frutas de alto contenido en potasio, para más información visitar la plataforma web.
- [✳] Máximo dos claras por persona

