

MENÚS ESPECIALES: DIETA PROTECCION HEPÁTICA

DESAYUNOS: Leche desnatada con o sin café

50g de pan tostado o 5 galletas María

15 g de mermelada

Fruta pelada.

MERIENDAS: Leche desnatada con café, té o yogurt natural

Fruta pelada

DIA 1

COMIDA: Puré de patata (300g de patata en crudo con 10g de aceite)

Filete de ternera plancha

Fruta pelada

1-2 rebanadas pan tostado

CENA: Sopa de fideos espesa (30g en seco)

150g de pescado cocido con 10 g de aceite

1-2 rebanadas pan tostado

DIA 2

COMIDA: Judías verdes con 10 g de aceite

Arroz blanco con pollo cocido

Yogurt

1-2 rebanadas de pan tostado

CENA: Puré de patata

1 huevo pasado por agua

Tomate con queso de burgos

DIA 3

COMIDA: Menestra de verduras cocidas con 10 g de aceite

Pescado blanco cocido

Fruta pelada

1-2 rebanadas pan tostado

CENA: Sopa de fideos (30g en seco)

100g ternera asada con ensalada

Yogurt

1-2 rebanadas pan tostado