



# RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

## BASAL SEMANA 1 ALMUERZO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Lentijas caseras	<b>PRIMERO</b> Espagueté rehogados con jamón	<b>PRIMERO</b> Arroz con magro	<b>PRIMERO</b> Patatas con coliflor	<b>PRIMERO</b> Frijones canilla alifados	<b>PRIMERO</b> Puchero de arroz	<b>PRIMERO</b> Ensalada tropical
<b>SEGUNDO</b> Lomo en salsa	<b>SEGUNDO</b> Huevos rellenos	<b>SEGUNDO</b> Ensalada de tomate y caballa	<b>SEGUNDO</b> Carne de ternera en salsa con verduras	<b>SEGUNDO</b> Pescado frito	<b>SEGUNDO</b> La carne del puchero	<b>SEGUNDO</b> Huevo frito con pimientos
<b>GUARNICIÓN</b> Verduras salteadas	<b>GUARNICIÓN</b> Lechuga alifada	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Tomate alifado	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas fritas
<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta en almibar
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.

**DR. CAMILO PÉREZ GÓMEZ**  
MEDICINA FAMILIA  
00-0164001-71



# RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

## BASAL SEMANA 1 CENA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Sopa de lluvia	<b>PRIMERO</b> Crema de calabacín	<b>PRIMERO</b> Sopa de picadillo	<b>PRIMERO</b> Sopa de estrellas con jamón cocido	<b>PRIMERO</b> Sopa de verdura con fideos	<b>PRIMERO</b> Crema de puerros	<b>PRIMERO</b> Sopa de lluvia
<b>SEGUNDO</b> Revuelto de bacalao	<b>SEGUNDO</b> Alitas de pollo a las finas hierbas	<b>SEGUNDO</b> Pescado empanado	<b>SEGUNDO</b> Flamenquines	<b>SEGUNDO</b> Tortilla de atún	<b>SEGUNDO</b> Merluza a la plancha	<b>SEGUNDO</b> Fiambre variado
<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Champiñones con cebolla	<b>GUARNICIÓN</b> Pimentada	<b>GUARNICIÓN</b> Calabacín al horno	<b>GUARNICIÓN</b> Zanahoria rallada aliñada	<b>GUARNICIÓN</b> Guisantes rehogados	<b>GUARNICIÓN</b>
<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Natillas	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Arroz con leche
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.


DR. CAMILO  
MEDICINA DE FAMILIA  
00-0164001-71



**RESIDENCIA FUNDACION TEJADA**

**BASAL SEMANA 2 ALMUERZO**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b>	Fideos a la cazuela	Carbanzos con bacalao	Patatas guisadas con ternera	Arroz con chocos	Habes guisadas	Puchero de arroz	Ensalada mixta
<b>SEGUNDO</b>	Huevos hornados con bechamel	Ensalada de la huerta	Berenjenas fritas	Picadillo de tomate con atún	Pescado frito	La carne del puchero	Jamoncito de pollo al chilindrón
<b>GUARNICIÓN</b>	Brocoli aliñado				Remolacha aliñada		Patatas fritas
<b>POSTRE</b>	Fruta temporada	Fruta temporada	Fruta temporada	Fruta temporada	Fruta temporada	Fruta temporada	Fruta en almibar
<b>PAN</b>	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.

  
**DR. CAMILO PÉREZ GÓMEZ**  
 MEDICINA DE FAMILIA  
 00-0164001-71

**RESIDENCIA FUNDACION TEJADA**  
**BASAL SEMANA 2 CENA**



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b>		<b>PRIMERO</b> Crema de verdura	<b>PRIMERO</b> Revuelto de pollo	<b>PRIMERO</b> Sopa de la abuela con fideos y jamón serrano	<b>PRIMERO</b> Sopa de estrellitas con jamón cocido	<b>PRIMERO</b> Crema de calabaza	<b>PRIMERO</b> Sopa de lluvia
<b>SEGUNDO</b>	<b>SEGUNDO</b> Queso fresco con membrillo	<b>SEGUNDO</b> Lomo a la riojana	<b>SEGUNDO</b> Fritura de pescado	<b>SEGUNDO</b> Huevo escalfado	<b>SEGUNDO</b> Empanada de atún	<b>SEGUNDO</b> Tortilla de queso	<b>SEGUNDO</b> Flanbre variado
<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Arroz salteado	<b>GUARNICIÓN</b> Calabacín rehogado	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas a lo pobre	<b>GUARNICIÓN</b> Aceitunas	<b>GUARNICIÓN</b> Pimentada		<b>GUARNICIÓN</b>
<b>POSTRE</b>	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Natillas	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Arroz con leche	
<b>PAN</b>	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b>

DR. CAMILO PEREZ GOMEZ  
 MEDICINA DE FAMILIA  
 00-0164001-71  
 Pan Barra 40 Grs.



## RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

### BASAL SEMANA 3 ALMUERZO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Frijones con coles	<b>PRIMERO</b> Patatas guisadas con atún	<b>PRIMERO</b> Arroz a la marinera	<b>PRIMERO</b> Espirales con tomate y atún	<b>PRIMERO</b> Potaje de garbanzos	<b>PRIMERO</b> Puchero de fideos	<b>PRIMERO</b> Ensalada de lechuga zanahoria
<b>SEGUNDO</b> Ensaladilla rusa	<b>SEGUNDO</b> Ensalada de tomate con queso fresco	<b>SEGUNDO</b> Ensalada de pimientos con huevo y melva	<b>SEGUNDO</b> Magro de cerdo a la jardinera	<b>SEGUNDO</b> Pescado frito	<b>SEGUNDO</b> La carne del puchero	<b>SEGUNDO</b> Pez espada
<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Tomate aliñado	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas fritas
<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta en almibar
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b>

DR. CAROLINA BARRA GÓMEZ  
MEDICINA DE FAMILIA  
00-0164001-71



## RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

### BASAL SEMANA 3 CENA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Sopa de pescado	<b>PRIMERO</b> Crema de judías verdes	<b>PRIMERO</b> Sopa de verduras con fideos	<b>PRIMERO</b> Sopa castellana	<b>PRIMERO</b> Sopa de estrellas	<b>PRIMERO</b> Crema de calabacín	<b>PRIMERO</b> Sopa de lluvia
<b>SEGUNDO</b> San Jacobo	<b>SEGUNDO</b> Huevo escalfado	<b>SEGUNDO</b> Salchichas al vino	<b>SEGUNDO</b> Pescado en salsa	<b>SEGUNDO</b> Alitas de pollo al horno	<b>SEGUNDO</b> Tortilla de patata	<b>SEGUNDO</b> Fiambre variado
<b>GUARNICIÓN</b> Pepino aliñado	<b>GUARNICIÓN</b> Guisantes con jamón	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas a las finas hierbas	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas fritas	<b>GUARNICIÓN</b> Ensalada de arroz	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b>
<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Natillas	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Arroz con leche
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b>

DR. CAMILO PÉREZ SÁNCHEZ  
MEDICINA DE FAMILIA  
00-9164001-71  
Pan Barra 40 Grs.

# RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

## BASAL SEMANA 4 ALMUERZO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Macarrones con carne picada	<b>PRIMERO</b> Lentejas estofadas con arroz	<b>PRIMERO</b> Patatas a la marinera	<b>PRIMERO</b> Arroz con tomate	<b>PRIMERO</b> Habas guisadas	<b>PRIMERO</b> Puchero de fideos	<b>PRIMERO</b> Ensalada variada
<b>SEGUNDO</b> Pescado empenado	<b>SEGUNDO</b> Ensalada de tomate con cebolla	<b>SEGUNDO</b> Huevo duro	<b>SEGUNDO</b> Jericónicos de pollo asados	<b>SEGUNDO</b> Pescado frito	<b>SEGUNDO</b> La carne del puchero	<b>SEGUNDO</b> Huevo frito con pimiento
<b>GUARNICIÓN</b> Coliflor rehogada	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Pisto	<b>GUARNICIÓN</b> Champifones y zanahoria rehogados	<b>GUARNICIÓN</b> Remolacha aliñada	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas fritas
<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta en almíbar
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.

DR. CAMILO GARCÍA SÓMEZ  
 MEDICINA DE FAMILIA  
 00-0164001-71



## RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

### BASAL SEMANA 4 CENA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Sopa de picadillo	<b>PRIMERO</b> Crema hortelana	<b>PRIMERO</b> Sopa de estrellas	<b>PRIMERO</b> Sopa de fideos	<b>PRIMERO</b> Sopa minestrone con lluvia	<b>PRIMERO</b> Crema jardinera	<b>PRIMERO</b> Sopa de fideos
<b>SEGUNDO</b> Lomo a la manzana	<b>SEGUNDO</b> Albóndigas de pescado	<b>SEGUNDO</b> Merluza al horno con cebolla pochada	<b>SEGUNDO</b> Judías verdes rehogadas con huevo y jamón	<b>SEGUNDO</b> Chuletas al horno	<b>SEGUNDO</b> Tortilla de jarrón cocido	<b>SEGUNDO</b> Fiambre variado
<b>GUARNICIÓN</b> Pimentada	<b>GUARNICIÓN</b> Berenjenas al horno	<b>GUARNICIÓN</b> Menestra de verduras	<b>GUARNICIÓN</b> Menestra de verduras	<b>GUARNICIÓN</b> Pure de patata	<b>GUARNICIÓN</b> Zanahoria cocida y aliñada	<b>GUARNICIÓN</b> Zanahoria cocida y aliñada
<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Natillas	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Yogur sabores	<b>POSTRE</b> Flan
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.

DR. CAMILO PÉREZ GÓMEZ  
MEDICINA DE FAMILIA  
00-0164001-71





## RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

### BASAL SEMANA 5 ALMUERZO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b> Patatas guisadas con magro de cerdo	<b>PRIMERO</b> Frijones estofados	<b>PRIMERO</b> Arroz con pollo	<b>PRIMERO</b> Garbanzos guisados con callos	<b>PRIMERO</b> Patatas aliñadas	<b>PRIMERO</b> Puchero de arroz	<b>PRIMERO</b> Ensalada completa
<b>SEGUNDO</b> Tomate al ajillo	<b>SEGUNDO</b> Albondigas en salsa	<b>SEGUNDO</b> Huevo duro	<b>SEGUNDO</b> Ensalada de surimi con zanahoria	<b>SEGUNDO</b> Pescado frito	<b>SEGUNDO</b> La carne del puchero	<b>SEGUNDO</b> Bechao con piperrada
<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Zanahoria rehogada	<b>GUARNICIÓN</b> Ensalada de pimiento	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Aceitunas	<b>GUARNICIÓN</b>	<b>GUARNICIÓN</b> Patatas fritas
<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta temporada	<b>POSTRE</b> Fruta en almíbar
<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.	<b>PAN</b> Pan Barra 40 Grs.

**DR. CAMILO PEREZ SOMER**  
MEDICINA DE FAMILIA  
00-218-1001-71

# RESIDENCIA FUNDACION TEJADA

## BASAL SEMANA 5 CENA



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
<b>PRIMERO</b>	Sopa de arroz	Sopa de verduras	Crema de guisantes	Sopa de lluvia	Sopa de estrellitas con picadillo	Crema de zanahoria	Sopa de fideos
<b>SEGUNDO</b>	Pescado en adobo	Papas estrelladas	Atún encebollado	Pollo en salsa	Lomo adobado	Tortilla de patata	Fiambré variado
<b>GUARNICIÓN</b>	Judías verdes aliñadas						
<b>POSTRE</b>	Yogur sabores	Yogur sabores	Natillas	Yogur sabores	Yogur sabores	Yogur sabores	Flan
<b>PAN</b>	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.	Pan Barra 40 Grs.

DR. CAMILO PÉREZ SÓMEZ  
 MEDICINA DE FAMILIA  
 00-9164001-71