



ABENSAC CATERING S.C.A.  
Nº R.G  
260008730/J

## PROPUESTA DE PLATOS DIETA BASAL - CENTROS

**Oietistas**  
asesoría nutricional y alimentaria

<b>PLATOS DE LA DIETA BASAL PRIMEROS PLATOS</b>	<b>BASAL</b>	<b>BAJA EN GRASA</b>	<b>2000 KCAL</b>	<b>1800 KCAL Y DIABÉTICO 1800 KCAL</b>	<b>1500 KCAL Y DIABÉTICO 1500 KCAL</b>	<b>1200 KCAL Y DIABÉTICO 1200 KCAL</b>	<b>DIABÉTICO</b>	<b>ASTRINGENTE</b>	<b>GÁSTRICA</b>	<b>RICA EN FIBRA O RESIDUOS</b>	<b>VEGETARIANO ESTRICTO</b>	<b>OVOLACTEO</b>
ENSALADA MIXTA DE LECHUGA Y TOMATE	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X
ENSALADA MIXTA CON HUEVO Y ATÚN	X	X	X	X	X	X	X			X		
SALMOREJO	X	X	X	X	X	X	X			X		X
GAZPACHO ANDALUZ	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X
TOMATE PICADO	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X
ENSALADA DE PASTA CON ATÚN	X	X	X	X			RC					
ENSALADA DE PASTA CON YORK Y PASAS	X	X	X	X			RC					
SOPA DE PICADILLO	X	X	X	X	X	X	X		X			
SOPA MINISTRONE	X	X	X	X	X	X	X		X	X		X
SOPA DE POLLO CON JAMÓN	X	X	X	X	X	X	X		X			
SOPA DE PESCADO CON ARROZ	X	X	X	X	X	X	X		X			
SOPA DE MERLUZA CON ESTRELLITAS	X	X	X	X	X	X	X		X			
CREMA DE PUERRO	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
CREMA DE CALABACÍN	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
CREMA DE CALABAZA	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
CREMA DE VERDURAS	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
CREMA VICHISSE	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X
POTAJE DE ALUBIAS CON VERDURAS	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X
POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X
COCIDO DE GARBANZOS CON POLLO Y VERDURAS	X	X	X	X	X	X	X			X		
COCIDO DE GARBANZOS CON PAVO Y ZANAHORIAS	X	X	X	X	X	X	X			X		



<b>PLATOS DE LA DIETA BASAL SEGUNDOS PLATOS</b>	<b>BASAL</b>	<b>BAJA EN GRASA</b>	<b>2000 KCAL</b>	<b>1800 KCAL Y DIABÉTICO 1800 KCAL</b>	<b>1500 KCAL Y DIABÉTICO 1500 KCAL</b>	<b>1200 KCAL Y DIABÉTICO 1200 KCAL</b>	<b>DIABÉTICO</b>	<b>ASTRINGENTE</b>	<b>GÁSTRICA</b>	<b>RICA EN FIBRA O RESIDUOS</b>	<b>VEGETARIANO ESTRICTO</b>	<b>OVOLACTEO</b>
MENESTRA REHOGADA CON JAMÓN SERRANO	X	X	X	X	X	X	X			X		
JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN	X	X	X	X	X	X	X			X		
REVUELTO DE AJETES CON GAMBAS	X	X	X	X	X	X	X			X		
CABALLA CON TOMATE	X	X	X	X	X	X	X			X		
ATÚN EN ESCABECHE	X	X	X	X	X	X	X			X		
ENSALADILLA RUSA CON ATÚN Y HUEVO	X	X	X	X	RC	RC	RC			X		
MUSLO DE POLLO ASADO CON PATATAS	X	X	X	X	RC	RC	RC		X			
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON MENESTRA	X	X	X	X	X	X	X			X		
HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA DE ZANAHORIAS	X	X	X	X	X	X	X					
HUMBURGUESA DE POLLO AL HORNO CON PATATA	X	X	X	X	X	RC	RC		X			
PECHUGA DE POLLO AJO-PEREJIL CON JUDÍAS VERDES	X	X	X	X	X	X	X			X		
ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA CON CUADRADITOS DE PATATA	X	X	X	X	X							
MAGRO DE CERDO A LA JARDINERA	X	X	X	X	X	RC	RC					
LOMO DE SAJONIA CON VERDURAS	X	X	X	X	X	X	X			X		
MERLUZA AL PIL PIL CON VERDURAS SALTEADAS	X	X	X	X	X	X	X			X		
FILETE DE TILAPIA AL HORNO CON PATATAS	X	X	X	X	X				X			
MERLUZA AL VAPOR	X	X	X	X	X	X	X		X	X		
SALMÓN AL VAPOR	X	X	X	X	X	X	X		X	X		
FILETE DE TINTORERA AL HORNO CON VERDURAS	X	X	X	X	X	X	X			X		
FILETE DE TILAPIA EN SALSA DE ZANAHORIAS	X	X	X	X	X	X	X			X		
TORTILLA DE PATATAS	X	X	X	X	X	RC	RC					
TORTILLA FRANCESA CON TOMATE PICADO	X	X	X	X	X	X	X			X		

Esther Reina Pulido - Dietista y Nutricionista

Nº Colegiado: AND - 00032

NIF 26974176Y