OCTUBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2	SÁBADO 3	DOMINGO 4
COMIDA	PRIMER PLATO				CREMA DE LA HUERTA	POTAJE DE BERROS	CREMA DE VERDURA	GAZPACHO
	SEGUNDO PLATO				PASTA CON VERDURAS	LOMO ASADO	PASTA CON VERDURAS	POLLO AL LIMÓN
	GUARNICIÓN					PISTO		VERDURAS ASADAS
	POSTRE				FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
					LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO				PURÉ DE ACELGAS	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE ESPARRAGOS	SOPA MINESTRONE
	SEGUNDO PLATO				POLLO AL HORNO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	PESCADO AL HORNO	TORTILLA ESPAÑOLA
	GUARNICIÓN				HABICHUELAS Y ZANAHORIAS	BATATA SANCOCHADAS	MENESTRA DE VERDURAS	PIMIENTO DEL PIQUILLO ASADO
	POSTRE				FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
					LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

OCTUBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9	SÁBADO 10	DOMINGO 11
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE VERDURAS	POTAJE DE GARBANZOS	PURÉ DE BERROS	POTAJE CANARIO	CREMA DE CALABACÍN	CREMA DE CALABAZA	PAPAS, JUDÍAS Y FIDEOS
	SEGUNDO PLATO	FOGONERO AL HORNO	PASTA CON VERDURAS	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA	POLLO AL HORNO	PESCADO ASADO	ESTOFADO DE CERDO	PASTA CON VERDURAS
	GUARNICIÓN	PAPAS GUISADAS		VERDURAS ASADAS	HABICHUELAS Y ZANAHORIAS	COLIFLOR		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE PUERROS	SOPA CAMPESINA	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE PESCADO	CREMA DE GUISANTES	SOPA DE VERDURAS
	SEGUNDO PLATO	LOMO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	PESCADO AL HORNO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	TORTILLA PAISANA	PAPAS RELLENAS	PESCADO AL HORNO
	GUARNICIÓN	VERDURITAS AL VAPOR	ZANAHORIAS BABY	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL	PAPAS GUISADAS			VERDURAS ASADAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

OCTUBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16	SÁBADO 17	DOMINGO 18
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA HORTELANA	LENTEJAS ESTOFADAS	PURÉ DE ESPINACAS	CALDO DE CILANTRO	CREMA DE LEGUMBRES	SOPA DE TERNERA	CREMA DE GARBANZOS
	SEGUNDO PLATO	ALBÓNDIGAS AL HORNO	TORTILLA DE VERDURAS	FOGONERO AL HORNO	POLLO ASADO	LOMO ASADO	TERNERA ESTOFADA CON VERDURAS	PIZZA DE VERDURAS
	GUARNICIÓN	PAPA SANCOCHADA	TOMATE ESCALDADO	MENESTRA DE VERDURAS	ZANAHORIAS BABY	VERDURAS ASADAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE APIO	CREMA DE CALABAZA	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE POLLO	PURÉ DE BERROS	SOPA DE PESCADO
	SEGUNDO PLATO	PAVO ASADO	PECHUGA A LA PLANCHA	POLLO A LA PLANCHA	CODITOS CON VERDURAS	PESCADO AL LIMÓN	CALABACÍN RELLENO DE ATÚN	POLLO AL HORNO
	GUARNICIÓN	BATATA SANCOCHADA	HABICHUELAS SALTEADAS	COLIFLOR CON AJO Y PEREJIL		PAPAS GUISADAS		MENESTRA DE VERDURAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

OCTUBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23	SÁBADO 24	DOMINGO 25
COMIDA	PRIMER PLATO	PURÉ DE HORTALIZAS	FABADA	CREMA DE GUISANTES	POTAJE DE VERDURAS	PURÉ DE COL	SALMOREJO	ENSALADA CAMPERA
	SEGUNDO PLATO	CODITOS CON VERDURAS	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	PESCADO AL HORNO	TORTILLA DE VERDURAS	PAVO ASADO	ESTOFADO DE POLLO Y VERDURAS	PASTA CON ATÚN
	GUARNICIÓN		COLIFLOR AL VAPOR	PISTO	ZANAHORIAS BABY	PAPAS SANCOCHADAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA MARAVILLA	CREMA ZANAHORIAS	CALDO DE PESCADO	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE ESTRELLAS	PURÉ DE ESPINACAS	SOPA DE FIDEOS
	SEGUNDO PLATO	CERDO A LA PLANCHA	LOMO ASADO	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBÓNDIGAS EN CALDO	MERLUZA AL HORNO	TORTILLA FRANCESA CON PIMMIENTO Y ATÚN	TOMATES RELLENOS
	GUARNICIÓN	PISTO	HABICHUELAS SALTEADAS	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL	TOMATE SALTEADO	MENESTRA DE VERDURAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

OCTUBRE - NOVIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30	SÁBADO 31	DOMINGO 1
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE GARBANZOS	CALDO DE ARROZ	POTAJE DE BERROS	CREMA DE PUERROS	ENSALADA CAMPERA	CREMA DE ZANAHORIA
	SEGUNDO PLATO	PESCADO AL HORNO	CERDO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	TORTILLA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO	POLLO AL HORNO	TERNERA ENCEBOLLADA
	GUARNICIÓN	HABICHUELAS AL VAPOR	VERDURAS SALTEADAS	ZANAHORIAS SALTEADAS	TOMATE ESCALFADO	VERDURAS AL WOK	MENESTRA DE VERDURAS	
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE BRÓCOLI	SOPA DE MARISCO	PURÉ DE ESPINACAS	SOPA MINESTRONE
	SEGUNDO PLATO	PECHUGA A LA PLANCHA	MACARRONES CON CHAMPIÑONES	FOGONERO AL LIMÓN	CERDO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	CALABACÍN RELLENO	TORTILLA CAMPERA
	GUARNICIÓN	BATATA SANCOCHADA		BRÓCOLI AL VAPOR Y AL AJO	VERDURITAS CRUJIENTES	PAPAS SANCOCHADAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

NOVIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6	SÁBADO 7	DOMINGO 8
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE CALABACÍN	CREMA PARMENTIER	CREMA DE ESPÁRRAGOS	CREMA DE LENTEJAS	POTAJE DE HORTALIZAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE ZANAHORIA
	SEGUNDO PLATO	PASTA NAPOLITANA	ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS	ALBÓNDIGAS EN TOMATE NATURAL	TERNERA A LA JARDINERA	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	PIZZA DE VERDURAS	POLLO CON VERDURAS
	GUARNICIÓN			VERDURAS ASADAS		ZANAHORIAS BABY		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE CARACOLA	CREMA DE BERROS	SOPA MARINERA	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE FIDEOS	PURÉ DE ACELGAS	SOPA DE TERNERA
	SEGUNDO PLATO	FOGONERO AL HORNO	CERDO GUISADO	TORTILLA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	PESCADO ASADO	LOMO A LA PLANCHA
	GUARNICIÓN	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL	MENESTRA DE VERDURAS	PIMIENTO Y CEBOLLA	BATATA GUISADA	PIMIENTO DEL PIQUILLO ASADO	BATATA GUISADA	MENESTRA DE VERDURAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

NOVIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13	SÁBADO 14	DOMINGO 15
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE ESPINACAS	POTAJE DE JUDÍASS	CREMA DE GARBANZOS	CREMA DE LA HUERTA	POTAJE DE BERROS	CREMA DE VERDURA	GAZPACHO
	SEGUNDO PLATO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	TORTILLA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO	PASTA CON VERDURAS	LOMO ASADO	PASTA CON VERDURAS	POLLO AL LIMÓN
	GUARNICIÓN	PAPA GUISADA	PISTO	VERDURITAS		PISTO		VERDURAS ASADAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA JARDINERA	CREMA DE GUISANTES	SOPA DE MARISCO	PURÉ DE ACELGAS	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE ESPARRAGOS	SOPA MINESTRONE
	SEGUNDO PLATO	POLLO AL HORNO	LOMO ASADO	ESTOFADO DE PAVO	POLLO AL HORNO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	PESCADO AL HORNO	TORTILLA ESPAÑOLA
	GUARNICIÓN	ZANAHORIAS BABY	PAPAS SANCOCHADAS	COLIFLOR CON AJO Y PEREJIL	HABICHUELAS Y ZANAHORIAS	BATATA SANCOCHADAS	MENESTRA DE VERDURAS	PIMIENTO DEL PIQUILLO ASADO
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

NOVIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20	SÁBADO 21	DOMINGO 22
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE VERDURAS	POTAJE DE GARBANZOS	PURÉ DE BERROS	POTAJE CANARIO	CREMA DE CALABACÍN	CREMA DE CALABAZA	PAPAS, JUDÍAS Y FIDEOS
	SEGUNDO PLATO	FOGONERO AL HORNO	PASTA CON VERDURAS	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA	POLLO AL HORNO	PESCADO ASADO	ESTOFADO DE CERDO	PASTA CON VERDURAS
	GUARNICIÓN	PAPAS GUISADAS		VERDURAS ASADAS	HABICHUELAS Y ZANAHORIAS	COLIFLOR		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE PUERROS	SOPA CAMPESINA	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE PESCADO	CREMA DE GUISANTES	SOPA DE VERDURAS
	SEGUNDO PLATO	LOMO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	PESCADO AL HORNO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	TORTILLA PAISANA	PAPAS RELLENAS	PESCADO AL HORNO
	GUARNICIÓN	VERDURITAS AL VAPOR	ZANAHORIAS BABY	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL	PAPAS GUISADAS			VERDURAS ASADAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

NOVIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27	SÁBADO 28	DOMINGO 29
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA HORTELANA	LENTEJAS ESTOFADAS	PURÉ DE ESPINACAS	CALDO DE CILANTRO	CREMA DE LEGUMBRES	SOPA DE TERNERA	CREMA DE GARBANZOS
	SEGUNDO PLATO	ALBÓNDIGAS AL HORNO	TORTILLA DE VERDURAS	FOGONERO AL HORNO	POLLO ASADO	LOMO ASADO	TERNERA ESTOFADA CON VERDURAS	PIZZA DE VERDURAS
	GUARNICIÓN	PAPA SANCOCHADA	TOMATE ESCALDADO	MENESTRA DE VERDURAS	ZANAHORIAS BABY	VERDURAS ASADAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE APIO	CREMA DE CALABAZA	SOPA DE FIDEOS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE POLLO	PURÉ DE BERROS	SOPA DE PESCADO
	SEGUNDO PLATO	PAVO ASADO	PECHUGA A LA PLANCHA	POLLO A LA PLANCHA	CODITOS CON VERDURAS	PESCADO AL LIMÓN	CALABACÍN RELLENO DE ATÚN	POLLO AL HORNO
	GUARNICIÓN	BATATA SANCOCHADA	HABICHUELAS SALTEADAS	COLIFLOR CON AJO Y PEREJIL		PAPAS GUISADAS		MENESTRA DE VERDURAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

NOVIEMBRE-DICIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 30	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4	SÁBADO 5	DOMINGO 6
COMIDA	PRIMER PLATO	PURÉ DE HORTALIZAS	FABADA	CREMA DE GUISANTES	POTAJE DE VERDURAS	PURÉ DE COL	SALMOREJO	ENSALADA CAMPERA
	SEGUNDO PLATO	CODITOS CON VERDURAS	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	PESCADO AL HORNO	TORTILLA DE VERDURAS	PAVO ASADO	ESTOFADO DE POLLO Y VERDURAS	PASTA CON ATÚN
	GUARNICIÓN		COLIFLOR AL VAPOR	PISTO	ZANAHORIAS BABY	PAPAS SANCOCHADAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA MARAVILLA	CREMA ZANAHORIAS	CALDO DE PESCADO	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE ESTRELLAS	PURÉ DE ESPINACAS	SOPA DE FIDEOS
	SEGUNDO PLATO	CERDO A LA PLANCHA	LOMO ASADO	POLLO A LAS FINAS HIERBAS	ALBÓNDIGAS EN CALDO	MERLUZA AL HORNO	TORTILLA FRANCESA CON PIMMIENTO Y ATÚN	TOMATES RELLENOS
	GUARNICIÓN	PISTO	HABICHUELAS SALTEADAS	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL	TOMATE SALTEADO	MENESTRA DE VERDURAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

DICIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11	SÁBADO 12	DOMINGO 13
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE CALABAZA	CREMA DE GARBANZOS	CALDO DE ARROZ	POTAJE DE BERROS	CREMA DE PUERROS	ENSALADA CAMPERA	CREMA DE ZANAHORIA
	SEGUNDO PLATO	PESCADO AL HORNO	CERDO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	TORTILLA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO	POLLO AL HORNO	TERNERA ENCEBOLLADA
	GUARNICIÓN	HABICHUELAS AL VAPOR	VERDURAS SALTEADAS	ZANAHORIAS SALTEADAS	TOMATE ESCALFADO	VERDURAS AL WOK	MENESTRA DE VERDURAS	
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE VERDURAS	CREMA DE ACELGAS	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE BRÓCOLI	SOPA DE MARISCO	PURÉ DE ESPINACAS	SOPA MINESTRONE
	SEGUNDO PLATO	PECHUGA A LA PLANCHA	MACARRONES CON CHAMPIÑONES	FOGONERO AL LIMÓN	CERDO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	CALABACÍN RELLENO	TORTILLA CAMPERA
	GUARNICIÓN	BATATA SANCOCHADA		BRÓCOLI AL VAPOR Y AL AJO	VERDURITAS CRUJIENTES	PAPAS SANCOCHADAS		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

DICIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	SÁBADO 19	DOMINGO 20
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE CALABACÍN	CREMA PARMENTIER	CREMA DE ESPÁRRAGOS	CREMA DE LENTEJAS	POTAJE DE HORTALIZAS	CREMA DE VERDURAS	CREMA DE ZANAHORIA
	SEGUNDO PLATO	PASTA NAPOLITANA	ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS	ALBÓNDIGAS EN TOMATE NATURAL	TERNERA A LA JARDINERA	CERDO A LAS FINAS HIERBAS	PIZZA DE VERDURAS	POLLO CON VERDURAS
	GUARNICIÓN			VERDURAS ASADAS		ZANAHORIAS BABY		
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE CARACOLA	CREMA DE BERROS	SOPA MARINERA	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE FIDEOS	PURÉ DE ACELGAS	SOPA DE TERNERA
	SEGUNDO PLATO	FOGONERO AL HORNO	CERDO GUISADO	TORTILLA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	PESCADO ASADO	LOMO A LA PLANCHA
	GUARNICIÓN	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL	MENESTRA DE VERDURAS	PIMIENTO Y CEBOLLA	BATATA GUISADA	PIMIENTO DEL PIQUILLO ASADO	BATATA GUISADA	MENESTRA DE VERDURAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

DICIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE ESPINACAS	POTAJE DE JUDÍASS	CREMA DE GARBANZOS	CREMA DE LA HUERTA		CREMA DE VERDURA	GAZPACHO
	SEGUNDO PLATO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA	TORTILLA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO	PASTA CON VERDURAS	MENU ESPECIAL NAVIDAD	PASTA CON VERDURAS	POLLO AL LIMÓN
	GUARNICIÓN	PAPA GUISADA	PISTO	VERDURITAS				VERDURAS ASADAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA JARDINERA	CREMA DE GUISANTES	SOPA DE MARISCO		SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE ESPARRAGOS	SOPA MINESTRONE
	SEGUNDO PLATO	POLLO AL HORNO	LOMO ASADO	ESTOFADO DE PAVO	MENU ESPECIAL NOCHE BUENA	ALBÓNDIGAS EN CALDO	PESCADO AL HORNO	TORTILLA ESPAÑOLA
	GUARNICIÓN	ZANAHORIAS BABY	PAPAS SANCOCHADAS	COLIFLOR CON AJO Y PEREJIL		BATATA SANCOCHADAS	MENESTRA DE VERDURAS	PIMIENTO DEL PIQUILLO ASADO
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO

DICIEMBRE 2026

MENÚ HIPOCALÓRICOS

ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

aramark

		LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1	SÁBADO 2	DOMINGO 3
COMIDA	PRIMER PLATO	CREMA DE VERDURAS	POTAJE DE GARBANZOS	PURÉ DE BERROS	POTAJE CANARIO		CREMA DE CALABAZA	PAPAS, JUDÍAS Y FIDEOS
	SEGUNDO PLATO	FOGONERO AL HORNO	PASTA CON VERDURAS	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA	POLLO AL HORNO	MENU ESPECIAL AÑO NUEVO	ESTOFADO DE CERDO	PASTA CON VERDURAS
	GUARNICIÓN	PAPAS GUISADAS		VERDURAS ASADAS	HABICHUELAS Y ZANAHORIAS			
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO
CENA	PRIMER PLATO	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE PUERROS	SOPA CAMPESINA		SOPA DE PESCADO	CREMA DE GUISANTES	SOPA DE VERDURAS
	SEGUNDO PLATO	LOMO ASADO	ALBÓNDIGAS EN CALDO	PESCADO AL HORNO	MENU ESPECIAL NOCHE VIEJA	TORTILLA PAISANA	PAPAS RELLENAS	PESCADO AL HORNO
	GUARNICIÓN	VERDURITAS AL VAPOR	ZANAHORIAS BABY	BRÓCOLI CON AJO Y PEREJIL				VERDURAS ASADAS
	POSTRE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA	FRUTA
		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO		LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO	LÁCTEO DESNATADO