

ANEXO 4 CALIDADES Y GRAMAJES MINIMOS EXIGIDAS

Sin perjuicio que en cualquier momento de la ejecución del contrato y previa aprobación por la comisión de seguimiento se podrá incorporar otros productos. Los pesos sobre el género deben ser tenido en cuenta en fresco, **o una vez descongelado. En ningún caso congelado.**

PESCADOS

Los pescados y mariscos podrán ser frescos o congelados determinándose en comisión de servicio cuáles serán necesariamente frescos. Todos ellos cumplirán la normativa referente a etiquetado y no rotura de cadena de frío en todo momento. Preferiblemente pescado fresco, de kilómetro cero, sostenible, y capturado artesanalmente.

Sardinas -150 gr (4 uds)	Trucha abierta-200 gr	Fogonero-150 gr
Boquerón -150 gr (4 uds)	Salmón-150 gr	Platija-150 gr
Pescados Temporada -150 gr	Merluza -150 gr	Calamar-150 gr
Bacalao-150 gr	Lenguado-150 gr	Gallos-150 gr

CARNE

Las carnes serán todas frescas (en ningún caso preparado cárnico o derivado). El pollo, el pavo, el conejo, la ternera, el cordero, el cerdo y cualquier otro tipo necesario vendrán en diferentes formatos de troceado para ser utilizados directamente en la elaboración de los menús con objeto de minimizar su manipulación en cocina.

Cerdo: lomo, magro Ración 150 gr	Conejo-Ración 170gr	Pollo o Pavo (entero, carcasa y en partes seleccionadas) Filetes 150 gr/ Muslo 250 gr	Ternera, ternasco de cordero Ración 150 gr
-------------------------------------	---------------------	--	---

VEGETALES

Verduras: serán frescas, en conserva o congeladas, de 1ª categoría o extras. Preferiblemente de kilómetro cero, ecológica y sostenible.

Frutas: frescas y extra o 1ª categoría. Preferiblemente de kilómetro cero, ecológica y sostenible. Evitando envoltorios no necesarios.

Los zumos: siguiendo la normativa dictada en el Real Decreto 781/2013, de 11 de octubre, por el que se establecen normas relativas a la elaboración, composición, etiquetado, presentación y publicidad de los zumos de frutas y otros productos similares destinados a la alimentación humana. Los zumos dispensados en HELL cumplirán como mínimo de la definición del ANEXO I.A (Denominaciones, definiciones y características de los productos) como:

“1. Zumo de frutas: el producto susceptible de fermentación, pero no fermentado, obtenido a partir de las partes comestibles de frutas sanas y maduras, frescas o conservadas por refrigeración o congelación, de una o varias especies mezcladas, que posea el color, el aroma y

el sabor característico del zumo de la fruta de la que procede.

Se podrán reincorporar al zumo el aroma, la pulpa y las células obtenidos por los medios físicos apropiados que procedan de la misma especie de fruta.

En el caso de los cítricos, el zumo de frutas procederá del endocarpio. No obstante, el zumo de lima podrá obtenerse a partir del fruto entero.

Cuando los zumos se obtengan a partir de frutas que incluyan pepitas, semillas y pieles, no se incorporarán en el zumo partes o componentes de las pepitas, las semillas o la piel. La presente disposición no se aplicará a los casos en que las partes o los componentes de las pepitas, las semillas o la piel no puedan eliminarse mediante las buenas prácticas de fabricación.

Se autoriza la mezcla de zumos de frutas y de puré de frutas en la producción del zumo de frutas”

Frutos secos y semillas.

Legumbres de categoría extra, preferentemente de origen ecológico. Seca o en conserva.

Cereales: en todas sus variedades, pastas, harinas, preferiblemente integrales, de categoría extra.

Especias para condimentar en todas sus variedades. El peso mínimo aceptable Ración/pax será aproximadamente el que a continuación:

Ajos-6 /7gr	Alcachofas -200 gr	Almendras	Plátano -165gr
Alubias ^[H1] -70 gr	Arroz -70 gr	Calabaza- 200 gr	Puerro – 150 gr
Cebollas -200 gr	Champiñón -16 gr	Ciruela- 80 gr	Sandía-200/250 gr
Manzanas -160 gr	Guisantes- 70 gr	Harina de Trigo, trigo integral, de espelta, de maíz..	Uva-100 gr
Judía verde – 200 gr	Kiwi -150 gr	Lechuga- 120 gr	Zanahoria -70 gr
Lentejas – 80 gr	Lombarda -200 gr	Maíz	Tomate -150 gr
Mandarina -140 gr	Melocotón -160 gr	Melón- 150 gr	Peras -140 gr
Naranja – 150 gr	Patata – 30 gr	Pepino – 250 gr/ud	Perejil
Pimiento- 300 gr	Acelga, espinacas- 200 gr	Menestra- 200 gr	Borraja -200 gr

CALIBRES Y PESOS DE FRUTA			
PRODUCTO	MEDIDA	PESO MIN-MAX GR	PIEZAS X KG
Manzana Golden 20	75-80	185-210	Aprox.5
Manzana Golden 24	70-75	150-180	Aprox.6
Manzana Rojo 20	75-80	180-220	Aprox.5
Manzana Roja 24	65-70	170-170	Aprox.6
Pera Blanquilla 20	65-70	170-190	Aprox 5-6
Pera Blanquilla 24	60-65	140-155	Aprox 6-7
Pera Conferencia 20	65+	180+	Aprox 5-6
Pera Conferencia 24	60-65	130-175	Aprox 6-7
Limón 1º	55-60	100-120	10-11
Naranja 6	70-80	160-200	Aprox.6
Naranja 7	67-76	120-160	Aprox.6-7
Melocotón/ Nectarina 20-22	De 80 incluido a 90 excluido	185-210	Aprox 5
Albaricoque 1º	55	60-72	Aprox.14-16
Níspero 1º	35-45	70-85	Aprox.12-14

Plátano/banana	19-22	165-220	Aprox 5-6
----------------	-------	---------	-----------

El aceite de oliva será virgen extra y girasol para freír. Las mono dosis de 10 gr.

LÁCTEOS Y POSTRES

Serán variados, saludables, contenido menor del 10% en azúcares añadidos. Serán de elaboración casera aquellos que se determinen en comisión de servicio.

Yogurt -125 gr	Queso -125 gr	Flanes, natillas -125 gr	Frutas asadas -160 gr
Leche en todas sus Variedades- 200 ml	Bebidas Vegetales de alta calidad y sin azúcar añadido – 200ml	Gelatinas- 125 gr	

OTROS

Productos procesados con menos del 10% de azúcar añadido, bajo en grasas y en aditivos.

Cereales desayuno y

Cacao en polvo sin azúcar añadido	Cereales desayuno y merienda dieta túrmix, instantáneo para disolver según recomendación fabricante.*	Galletas en distintas variedades.	Infusiones de distintas variedades
-----------------------------------	---	-----------------------------------	------------------------------------

*Agua embotellada en formato de 1,50 l. por paciente, suministrada al Área de Rx, pacientes aislados cuando se dé, área de materno infantil. En formato de 0,50 l. por paciente área oncológica y CMA.

SUGERENCIAS DE MENUS

<p>Lunes 1</p> <p>Comida</p> <p>Lentejas bilbilitanas – 0, 6 y 7 ½ .33</p> <p>Crema de lentejas – 1,3, 4½,31 ,32</p> <p>Sémola de arroz – 5</p> <p>Conejo asado con patata panadera - 0,6,7,5</p> <p>Conejo con salsa de almendras - 4 ½,32</p> <p>Pollo – 3,32,33</p> <p>Pechuga plancha Op</p> <p>Fruta – 0, 6, 7½</p> <p>Melocotón en almíbar- 4</p> <p>Melocotón en almíbar Tx- 3</p> <p>Manzana asada – 5</p>	<p>Cena</p> <p>Acelgas rebozadas – 0, 6, 7½</p> <p>Crema de champiñón – 3, 4,31 ,32</p> <p>Pasta con zanahoria- 5,33</p> <p>Tortilla con gambas con tomate natural – 0, 4, 6, 7 12,32</p> <p>Merluza romana- Op.</p> <p>Tortilla francesa con jamón york- 5</p> <p>Tx. Pescado- 3,31,32</p> <p>Flan- 0, 1, 3, 4</p> <p>Fruta- 6, 7½</p> <p>Membrillo- 5</p> <p>Compota, yogur -31,32,33</p>
--	--

<p>Compota, yogur- 31,32,33</p>	
<p><u>Martes 2</u> Comida Patatas con costilla- 0,33 Guisantes con jamón – 6, 7½ Puré de patata con zanahoria – 1, 3, 4, 5,31,32 Lomo riojana- 0,32 Pechuga plancha con tomate natural- 6, 7½ Pechuga estofada- 4 Tx pechuga- 3,31,33 Fruta- 0, 4, 6, 7½ Natillas- 1, 3 Plátano- 5 Compota, yogur -31,32,33</p>	<p>Cena Sopa pescado- 0, 1, 4,33 Sémola pescado- 3, 5 Crema de verduras- 6, 7½,31,32 Croquetas y jamón de York- 0 Merluza a la plancha con limon-4, 5, 6, 7½,32 Tx Pescado- 5,33,31 Arroz con leche- 0, 1, 3, 4 Fruta- 6, 7½ Manzana asada-5 Compota, yogur -31,32,33</p>
<p><u>Miércoles 3</u> Comida Garbanzos con bacalao y espinacas- 0, 7½ Puré de garbanzos- 1, 3, 4½,31,32 Espinacas rehogadas- 6,33 Puré de patatas- 5 Pastel de merluza con salsa de champiñón- 0, 4, 7½,32 Ternera plancha con tomate natural- 5, 6 Tx Ternera- 3,32,33 Fruta- 0, 4, 6, 7½ Flan- 1, 3 Plátano- 5 Compota, yogur -31,32,33</p>	<p>Cena Borrajá con patata- 0, 4, 6, 7½,33 Arroz blanco con zanahoria- 5 Puré de verdura- 3,31,32 Trucha aragonesa- 0, 4, 7 Trucha plancha con limón - 5, 6½,32 Tx Pescado- 3,31,33 Natillas- 0, 1, 3, 4 Fruta- 6, 7½ Manzana asada- 5 Compota, yogur -31,32,33</p>
<p><u>Jueves 4</u> Comida Macarrones boloñesa- 0 Macarrones verdura(½) – 6, 7½,33 Macarrones zanahoria- 5 Sémola de arroz- 3, 4 Pollo ajillo con champiñón- 0 Pollo estofado- 4, 5½ Ternera a la plancha con ensalada- 6, 7 Tx Pollo- 3,31,33 Fruta- 0, 4, 6, 7½ Flan- 1, 3 Platano-5 Compota, yogur -31,32,33</p>	<p>Cena Menestra- 0, 6, 7,33 Sopa fideos- 1, 3, 4, 5½ Tortilla española con ½ tomate- 0, 7½ Tortilla francesa y Jamón de York- 5, 6½,32 Tx merluza-3, 31,33 Yogurt- 0, 1, 3, 4, 6, 31,33,32 7½ Membrillo- 5</p>
<p><u>Viernes 5</u> Comida Alubias con chorizo-0 Alubias con verdura ½- 6, 7,33 Puré alubias – 1, 3, 4½ Tx Puré pollo y zanahorias- 3,32,31 Pechuga plancha con ensalada- 0, 6, 7½ Pechuga plancha con arroz blanco- 4, 5,33 Fruta- 0, 6, 7½</p>	<p>Cena Crema de champiñones- 0, 1, 3, 4,31,32 Judía verde con tomate- 6, 7½,33 Sémola de arroz- 5 Filete merluza romana con lechuga- 0, 7½ Filete merluza plancha limón- 4, 5, 6½,32 Tx Pescado- 3,31,33 Cuajada- 0, 1, 3, 4</p>

<p>Pera almíbar- 1, 4 Tx Pera almíbar- 3 Compota, yogur -31,32,33</p>	<p>Yogurt descremado- 6, 7½,31,32,33 Manzana asada- 5</p>
<p><u>Sábado 6</u> Comida Ensalada aragonesa- 0, 6, 7 Acelga rehogada- 4½,33 Puré patata-1, 3, 5,31, 32 Albóndigas con salsa champiñón- 0, 4,32 Pollo asado con pimiento- 6, 7½ Pollo asado con patata- 5 Tx Pollo- 3,31,33 Fruta – 0, 4, 6, 7½ Flan- 1, 3 Plátano- 5 Compota, yogur -31,32,33</p>	<p>Cena Alcachofas con jamón- 0, 6, 7,33 Puré 31,32 Sopa ajo- 1, 3, 4½ Arroz blanco- 5 San Jacobo con pimiento- 0 Tortilla de jamón York y ½ tomate- 4, 6, 7½,32 Tortilla de jamón York- 5 Tx Pescado- 3,31,33 Queso fresco miel- 0, 4 Queso fresco sin miel- 7½ Manzana asada- 5, 6 Compota, yogur -31,32,33</p>
<p><u>Domingo 7</u> Comida Paella mixta-0, 7½ Crema de puerro y calabaza- 1, 3, 4,31,32 Patata guisada con zanahoria- 5,33 Redondo de ternera con champiñón- 0, 4, 7½,33 Ternera plancha con pimiento- 6 Ternera plancha con limon-5 Tx Ternera- 3,31,32 Helado- 0, 3, 4 Manzana asada-1, 5, 6, 7½ Compota, yogur -31,32,33</p>	<p>Cena Cardo con almendras- 0, 7½,33 Puré 31,32 Sopa de fideos- 1, 3, 4, 5, 6 Lomo de merluza salsa verde- 0, 4½,32 Lomo merluza plancha limón y tomate- 5, 6, 7 Tx Pescado- 3,31,33 Flan- 0, 1, 3, 4 Fruta- 6, 7½</p>
<p><u>Lunes 8</u> Comida Espaguetti benedictina- 0, 7½ Sopa de verduras- 1, 3, 4, 6½,33 Puré de patatas- 5,31,32 Salchichas encebolladas-0,32 Pierna de cordero a la plancha con calabacin-4, 5, 6, 7½ Tx Cordero- 3,31,33 Fruta- 0, 6, 7½ Melocotón en almíbar- 4 Melocotón en almíbar Tx-3 Compota de manzana-1,31,32,33, 5</p>	<p>Cena Menestra rehogada-0, 6, 7½,33 Puré de verduras-1, 3, 4,31,32 Sémola de arroz-5 Croquetas con jamón York-0 Revuelto de champiñón-4, 6, 7½,32, Tortilla francesa- 5 Tx Pescado-3,31,33 Piña almíbar-0 Flan-1, 3, 4 Fruta- 6, 7½ Yogurt- 5,31,32,33</p>
<p><u>Martes 9</u> Comida Lentejas con costilla-0 ½Lentejas con verduras-6, 7,33 Arroz con verduras- 4½ Puré de lentejas- 1, 3,31,32 Escalopines de ternera cazadora-0,4, 7½ Ternera plancha- 5, 6 Tx ternera-3,31,33</p>	<p>Cena Hervido de verduras-0, 6, 7½ Puré- 31,32 Patata guisada con zanahoria-4, 5,33 Sémola- 1, 3 Tortilla de atún con ½ Tomate- 0, 7,32 Filete de merluza plancha con limón- 4, 5, 6½ Tx Pescado-3</p>

<p>Fruta-0, 6, 7½ Flan- 1, 3 Platano-5 Compota -31,32,33</p>	<p>Arroz con leche-0, 4 Yogurt sabores desc.-6, 7½ Yogurt -1, 3, 5</p>
<p><u>Miercoles10</u> Comida Ensalada mixta-0 Ensalada mixta con atún y huevo- 6, 7 Borrajá con patata- 4½,33 Puré de patata con zanahoria- 1, 3, 5,31,32 Carrilleras al vino tinto-0, 4, 7½,32 Pollo asado con pimiento-6½ Pollo asado con patatas-5 Tx Pollo-3,31,33 Fruta-0, 6, 7 Piña almíbar- 4 Flan- 1, 3 Platano-5 Compota -31,32,33</p>	<p>Cena Crema de ave- 0, 3, 4, 1, 5,31,32 Judía verde con tomate-6, 7½,33 Bonito marinera- 0, 7½ Bonito plancha limón- 4, 6½ Merluza plancha limon-5,32 Tx Merluza-3,31,33 Natillas- 0, 1, 3, 4 Fruta- 6, 7½ Membrillo-5 Compota -31,32,33</p>
<p><u>Jueves 11</u> Comida Patatas con bacalao-0, 4,33 Crema de puerros- 1, 3½,31,32 Acelga rehogada- 6, 7 Pollo en pepitoria- 0, 4½,32 Ternera plancha con tomate- 6, 7 Ternera plancha con arroz- 5 Tx Ternera-5,31,33 Fruta- 0, 4 6½ Plátano- 5, 7 Flan- 1, 3 Compota -31,32,33</p>	<p>Cena Cardo con almendras-0, 4- 6, 7½ Crema de verdura-1, 5 Sopa pasta- 5 Tortilla jamón y ½ tomate-0, 4, 7 Tortilla jamón- 5,32 Tortilla francesa- 6, 12 Tx pescado- 31,33 Cuajada con miel-0, 4, 3 Cuajada sin miel- 1 Yogurt descremado- 5, 6, 7½,31,32,33</p>
<p><u>Viernes 12</u> Comida Puré- 31,32 Canelones con atún y merluza- 0, 4, 7½,33 Espinacas rehogadas- 6½ Sémola de arroz-1, 3 Arroz blanco con zanahorias-5 Espinacas rehogadas- 6½ Sémola de arroz- 1, 3 Arroz blanco con zanahorias-5 Bacalao horno con verduras-0, 4, 6, 7½ Bacalao horno limón- 5,32 Tx Pechuga-3,31,33 Fruta- 6, 7½ Piña almíbar- 0, 4 Membrillo-5 Flan- 1, 3 Yogurt -31,32,33</p>	<p>Cena Sopa de cocido- 0, 1, 4, 5,33 Crema de verduras-3, 5, 7½,31,32 Pechuga empanada con champiñon-0 Pechuga plancha con champiñón- 4, 5, 6, 7½,32 Tx. Pechuga-3,32,31 Fruta- 0, 6, 7½ Natillas-1, 3, 4 Compota de manzana- 5,31,32,33</p>

Sábado 13

Comida

Pastel de patata y verduras con tomate- 0, 4, 7½,33
Puré de patata – 1, 3,5,31,32
Alcachofas rehogadas – 6½
Lomo con aceitunas-0
Pierna de cordero plancha con calabaza, 4, 6, 7½
Pierna de cordero con arroz- 5
Tx Cordero- 3,32,31
Fruta-0, 6, 7
Flan- 1, 3, 4
Compota de manzana-12, 5

Cena

Puré- 31,32
Sopa de pescado- 0, 1, 3, 4
Sémola de pescado-5
Menestra rehogada- 6, 7½,33
Salmon plancha con verduras- 0,4, 6, 7½,32
Salmon plancha con limon-5
Tx pescado-3,31,33
Natillas de chocolate- 0, 1, 3
Membrillo- 5
Yogurt des- 6, 7½, 4

Domingo 14

Comida

Alubias con verdura- 0, 7½
Borraja con patata- 4, 6½,33
Puré de alubias- 1, 3,31,32
Arroz con zanahorias-5
Estofado de ternera- 0, 4, 12½,32
Ternera plancha pimiento verde- 6, 7
Ternera plancha limón- 5
Tx Ternera- 3,31,32
Helado- 0, 3
Fruta- 6, 7½
Plátano- 5
Flan- 1, 4
Compota-31,32,33

Cena

Puré- 31,32
Arroz de verduras- 0, 6, 7½,33
Sopa de ajo- 3, 4
Sopa de pasta- 1, 5
Tortilla espinacas patata asada- 0
Tortilla con jamón York- 4, 5, 6, 7½
Tx Pescado- 3,31,33
Queso fresco con ½ manzana asada- 0, 4, 6, 7½
Yogurt- 1, 3, 5,31,32,33

Caldo base

1 Gallina (3kg. Aprox)
30 Caparazones
10 kg. hueso de ternera
4 huesos de jamón
5kg hueso de espinazo de cerdo
6 Puerros
6 ramas de apio
1 kg. de tomate maduro
1 kg de zanahorias
1 kg. Judía verde
1 kg. Cebolla

Los platos se cocinaran con aceite de oliva virgen extra, excepto los fritos que se harán con aceite de girasol

Los números son correspondiente al catálogo de dietas.

*½ medias raciones
*En caso de alergia la pescado, se ofrecerá otros productos.