

NUESTRO COMEDOR

JULIO 2025 TRITURADO

DIA 1	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 2	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	188,47	31,97	7,41	7,26

Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)
Fruta de temporada

DIA 3	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	182,80	31,95	7,55	5,54

Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12)
Fruta de temporada

DIA 4	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 8	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 9	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	188,47	31,97	7,41	7,26

Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)
Fruta de temporada

DIA 10	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	182,80	31,95	7,55	5,54

Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12)
Fruta de temporada

DIA 11	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 15	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 16	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	188,47	31,97	7,41	7,26

Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)
Fruta de temporada

DIA 17	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	182,80	31,95	7,55	5,54

Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12)
Fruta de temporada

DIA 18	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 22	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 23	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	188,47	31,97	7,41	7,26

Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)
Fruta de temporada

DIA 24	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	182,80	31,95	7,55	5,54

Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12)
Fruta de temporada

DIA 25	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 29	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	175,87	31,96	6,94	5,29

Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)
Fruta de temporada

DIA 30	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	188,47	31,97	7,41	7,26

Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)
Fruta de temporada

DIA 31	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	182,80	31,95	7,55	5,54

Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12)
Fruta de temporada

Valoracion nutricional: Calcio 10,8 Hierro 0,2 Sodio 12,9 Vit. A 86,9 Vit. B1 0,0 Vit. B2 0,0 Vit. C 17,6 Ác. fólico 26,1 Fibra 2,3 Colest. 8,6 AGS 0,4 AGM 0,8 AGP 1,6

Valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

El menú irá acompañado de agua. Se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias/intolerancias alimentarias.

"La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma"



secocoe®
ALIMENTANDO SU FUTURO