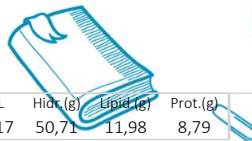


NUESTRO COMEDOR



OCTUBRE 2025 TRITURADO



		DIA 1<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>299,17</td><td>50,74</td><td>11,76</td><td>11,53</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	299,17	50,74	11,76	11,53	DIA 2<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>290,17</td><td>50,71</td><td>11,98</td><td>8,79</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	290,17	50,71	11,98	8,79	DIA 3<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39																
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
299,17	50,74	11,76	11,53																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
290,17	50,71	11,98	8,79																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
DIA 6<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>281,77</td><td>51,91</td><td>11,12</td><td>7,39</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	281,77	51,91	11,12	7,39	DIA 7<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39	DIA 8<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>299,17</td><td>50,74</td><td>11,76</td><td>11,53</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	299,17	50,74	11,76	11,53	DIA 9<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>290,17</td><td>50,71</td><td>11,98</td><td>8,79</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	290,17	50,71	11,98	8,79	DIA 10<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
281,77	51,91	11,12	7,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
299,17	50,74	11,76	11,53																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
290,17	50,71	11,98	8,79																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
DIA 13<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>281,77</td><td>51,91</td><td>11,12</td><td>7,39</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	281,77	51,91	11,12	7,39	DIA 14<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39	DIA 15<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>299,17</td><td>50,74</td><td>11,76</td><td>11,53</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	299,17	50,74	11,76	11,53	DIA 16<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>290,17</td><td>50,71</td><td>11,98</td><td>8,79</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	290,17	50,71	11,98	8,79	DIA 17<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
281,77	51,91	11,12	7,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
299,17	50,74	11,76	11,53																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
290,17	50,71	11,98	8,79																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
DIA 20<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>281,77</td><td>51,91</td><td>11,12</td><td>7,39</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	281,77	51,91	11,12	7,39	DIA 21<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39	DIA 22<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>299,17</td><td>50,74</td><td>11,76</td><td>11,53</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	299,17	50,74	11,76	11,53	DIA 23<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>290,17</td><td>50,71</td><td>11,98</td><td>8,79</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	290,17	50,71	11,98	8,79	DIA 24<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
281,77	51,91	11,12	7,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
299,17	50,74	11,76	11,53																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
290,17	50,71	11,98	8,79																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
DIA 27<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>281,77</td><td>51,91</td><td>11,12</td><td>7,39</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	281,77	51,91	11,12	7,39	DIA 28<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39	DIA 29<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>299,17</td><td>50,74</td><td>11,76</td><td>11,53</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	299,17	50,74	11,76	11,53	DIA 30<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>290,17</td><td>50,71</td><td>11,98</td><td>8,79</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	290,17	50,71	11,98	8,79	DIA 31<table><tr><th>KCAL</th><th>Hidr.(g)</th><th>Lípid.(g)</th><th>Prot.(g)</th></tr><tr><td>279,17</td><td>50,73</td><td>11,02</td><td>8,39</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	279,17	50,73	11,02	8,39
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
281,77	51,91	11,12	7,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
299,17	50,74	11,76	11,53																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
290,17	50,71	11,98	8,79																																									
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																									
279,17	50,73	11,02	8,39																																									

Valoracion nutricional: Calcio 17,3 Hierro 0,3 Sodio 21,0 Vit. A 138,0 Vit. B1 0,0 Vit. B2 0,0 Vit. C 27,9 Ác. fólico 41,4 Fibra 3,7 Colest. 13,9 AGS 0,6 AGM 1,3 AGP 2,6

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"

- (1)
- (2)
- (3)
- (4)
- (5)
- (6)
- (7)
- (8)
- (9)
- (10)
- (11)
- (12)
- (13)
- (14)
- (T)