

ENERO 2026 TRITURADO

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES																																											
DIA 5				DIA 6				DIA 7				DIA 8				DIA 9																																											
												<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>108,68</td><td>16,92</td><td>7,55</td><td>3,26</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	108,68	16,92	7,55	3,26	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
108,68	16,92	7,55	3,26																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
DIA 12				DIA 13				DIA 14				DIA 15				DIA 16																																											
<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>103,38</td><td>17,67</td><td>7,01</td><td>2,38</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	103,38	17,67	7,01	2,38	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>114,35</td><td>16,93</td><td>7,41</td><td>4,98</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	114,35	16,93	7,41	4,98	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>108,68</td><td>16,92</td><td>7,55</td><td>3,26</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	108,68	16,92	7,55	3,26	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
103,38	17,67	7,01	2,38																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
114,35	16,93	7,41	4,98																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
108,68	16,92	7,55	3,26																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
DIA 19				DIA 20				DIA 21				DIA 22				DIA 23																																											
<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>103,38</td><td>17,67</td><td>7,01</td><td>2,38</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	103,38	17,67	7,01	2,38	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>114,35</td><td>16,93</td><td>7,41</td><td>4,98</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	114,35	16,93	7,41	4,98	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>108,68</td><td>16,92</td><td>7,55</td><td>3,26</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	108,68	16,92	7,55	3,26	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
103,38	17,67	7,01	2,38																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
114,35	16,93	7,41	4,98																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
108,68	16,92	7,55	3,26																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
DIA 26				DIA 27				DIA 28				DIA 29				DIA 30																																											
<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>103,38</td><td>17,67</td><td>7,01</td><td>2,38</td></tr></table> Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	103,38	17,67	7,01	2,38	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>114,35</td><td>16,93</td><td>7,41</td><td>4,98</td></tr></table> Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	114,35	16,93	7,41	4,98	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>108,68</td><td>16,92</td><td>7,55</td><td>3,26</td></tr></table> Puré de verdura con ternera (patata, zanahoria, puerro) (12) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	108,68	16,92	7,55	3,26	<table><tr><td>KCAL</td><td>Hidr.(g)</td><td>Lípid.(g)</td><td>Prot.(g)</td></tr><tr><td>102,75</td><td>16,92</td><td>7,11</td><td>2,74</td></tr></table> Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14) Fruta de temporada				KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	102,75	16,92	7,11	2,74
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
103,38	17,67	7,01	2,38																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
114,35	16,93	7,41	4,98																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
108,68	16,92	7,55	3,26																																																								
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)																																																								
102,75	16,92	7,11	2,74																																																								
Valoracion nutricional:				Calcio 4,3 Hierro 0,2				Sodio 10,3 Vit. A 2,1 Vit. B1 0,0				Vit. B2 0,0 Vit. C 1,5 Ác. fólico 4,9				Fibra 0,2 Colest. 8,5 AGS 0,4				AGM 0,8 AGP 1,6																																							

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

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

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


Gluten
(1)


Crustáceo
(2)


Huevo
(3)


Pescado
(4)


Cacahuete
(5)


Soja
(6)


Leche
(7)


Frutos secos
(8)


Aloé
(9)


Mango
(10)


Sésamo
(11)


Sulfitos
(12)


Altramuzes
(13)


Moluscos
(14)


Trazas
(15)

