

MARZO 2026 TRITURADO

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 2					DIA 3					DIA 4					DIA 5					DIA 6				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
164,10	28,05	11,12	3,77		163,10	26,85	11,28	4,35		147,90	26,85	10,92	1,37		147,90	26,85	10,92	1,37		163,10	26,85	11,28	4,35	
Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6)					Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)					Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con cerdo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada				
DIA 9					DIA 10					DIA 11					DIA 12					DIA 13				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
164,10	28,05	11,12	3,77		163,10	26,85	11,28	4,35		147,90	26,85	10,92	1,37		147,90	26,85	10,92	1,37		163,10	26,85	11,28	4,35	
Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6)					Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)					Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con cerdo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada				
DIA 16					DIA 17					DIA 18					DIA 19					DIA 20				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
164,10	28,05	11,12	3,77		163,10	26,85	11,28	4,35		147,90	26,85	10,92	1,37		147,90	26,85	10,92	1,37		163,10	26,85	11,28	4,35	
Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6)					Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)					Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con cerdo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada				
DIA 23					DIA 24					DIA 25					DIA 26					DIA 27				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
164,10	28,05	11,12	3,77		163,10	26,85	11,28	4,35		147,90	26,85	10,92	1,37		147,90	26,85	10,92	1,37		163,10	26,85	11,28	4,35	
Puré de verdura con pavo (patata, puerro, calabacín) (6, T6)					Puré de verdura con pescado (patata, zanahoria, calabacín) (4, T2, T14)					Puré de verdura con pollo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con cerdo (patata, zanahoria, judías verdes)					Puré de verdura con pescado (patata, puerro, calabacín) (4, T2, T14)				
Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada					Fruta de temporada				
Valoracion nutricional:					Calcio 6,5					Hierro 0,2					Sodio 8,7					Vit. A 3,4				
					Vit. B1 0,0					Vit. B2 0,0					Vit. C 2,4					Ác. fólico 7,4				
					Fibra 0,3					Coolest. 7,2					AGS 0,5					AGM 1,1				
					AGP 2,6																			

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.

