



La Abuela Ana Catering

Calle de los Alicatadores nº 19

14013 Córdoba

Tel. 957420238 / 618517304

info@gruposercolu.es www.abuelaana.es

N.I.F.: B 14956684

R.G.S.A : 26.02234/CO

Nota:

Noviembre

2025

Menu Para: MENÚ ALERGIAS

Nº Regit.: 508

La fruta habitual corresponde a manzana, pera, naranja y plátano.

La Empresa se reserva el derecho a cambiar algún menú a lo largo del mes sin previo aviso, según las necesidades de producción

LUNES

03 ARROZ CON DELICIAS

POLLO ASADO CON PATATA COCIDA

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
55,54g	177,33g	22,82g	30,26g	4,38g	2,22g

3a8Años: 098 Kcal 9a13Años: 382 Kcal 14a18Años: 430 Kcal

10 SOPA DE ARROZ

MERLUZA CONFITADA CON CALABACÍN

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
27,10g	58,83g	31,76g	10,19g	6,97g	0,80g

3a8Años: 434 Kcal 9a13Años: 162 Kcal 14a18Años: 190 Kcal

17 ARROZ BLANCO CON TOMATE

ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA (A)

Albóndiga (patata, pollo, ajo), tomate y zanahoria.

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
19,79g	93,17g	21,90g	31,53g	4,25g	3,04g

3a8Años: 721 Kcal 9a13Años: 505 Kcal 14a18Años: 625 Kcal

24 ESTOFADO DE VERDURAS (A)

Patatas, pimientos verdes, cebollas, tomate, ajos.

POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÓN

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
26,38g	31,71g	17,35g	11,65g	2,69g	0,73g

3a8Años: 340 Kcal 9a13Años: 410 Kcal 14a18Años: 475 Kcal



MARTES

04 CREMA DE CALABACÍN (A)

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
13,17g	68,13g	19,36g	11,80g	1,58g	2,33g

3a8Años: 427 Kcal 9a13Años: 264 Kcal 14a18Años: 301 Kcal

11 ENSALADA MIXTA (A)

Lechuga, tomate natural, zanahoria, maíz, pescado.

COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
26,75g	64,55g	18,22g	11,79g	3,59g	1,81g

3a8Años: 464 Kcal 9a13Años: 557 Kcal 14a18Años: 646 Kcal

MIERCOLES

05 COCIDO ANDALUZ

Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes, zanahoria.

BACALAO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMA

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
45,05g	117,00g	21,35g	11,95g	1,97g	1,48g

3a8Años: 730 Kcal 9a13Años: 162 Kcal 14a18Años: 190 Kcal

JUEVES

06 ENSALADA PRIMAVERA (A)

ESPAGUETIS MAÍZ CON TOMATE

Pasta de harina de maíz y arroz, tomate y pollo.

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
12,35g	76,94g	16,10g	4,17g	2,88g	1,47g

3a8Años: 499 Kcal 9a13Años: 162 Kcal 14a18Años: 190 Kcal

VIERNES

07 SOPA DE PESCADO

Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes

HAMBURGUESA POLLO C/ TOMATE NATURAL

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
32,78g	74,48g	19,06g	33,06g	5,23g	2,42g

3a8Años: 738 Kcal 9a13Años: 591 Kcal 14a18Años: 638 Kcal

18 HABICHUELAS CON VERDURAS

TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
35,62g	114,51g	17,60g	15,86g	2,42g	2,03g

3a8Años: 717 Kcal 9a13Años: 824 Kcal 14a18Años: 938 Kcal

25 ENSALADA PRIMAVERA (A)

LENTEJAS CON VERDURAS

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
21,03g	80,17g	19,09g	5,44g	0,72g	0,87g

3a8Años: 436 Kcal 9a13Años: 494 Kcal 14a18Años: 563 Kcal

26 MACARRONES DE MAÍZ CON TOMATE

Pasta de harina de maíz y harina de arroz, tomate, aceite de girasol, cebolla y ajos, pollo.

SOLOMILLO ASADO CON PATATAS

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
41,32g	69,85g	18,93g	29,52g	4,99g	3,10g

3a8Años: 717 Kcal 9a13Años: 162 Kcal 14a18Años: 190 Kcal

27 CREMA DE CALABACÍN (A)

CARNE EN SALSA TOMATE CON PATATA COCI

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal
36,90g	80,08g	20,15g	57,77g	16,05g	4,34g

3a8Años: 985 Kcal 9a13Años: 162 Kcal 14a18Años: 190 Kcal

1 DE NOVIEMBRE

DÍA DE TODOS LOS SANTOS

