



Cocinados Mirabueno S.L.
www.gruposercolu.com
info@gruposercolu.es
Tlef. 957 420 238

N.I.F.: B 14956684



R.G.S.A : 26.02234/CO

Tipo Menu: MENÚ DE ALERGIA

Nº Regit.: 1137

junio 2022

Nota: La fruta habitual corresponde a manzana, pera, naranja y plátano. Sandía, melón y fresas en temporada
La Empresa se reserva el derecho a cambiar algún menú a lo largo del mes sin previo aviso, según las necesidades de producción

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES																																																																																										
	 <p>Agua aromatizada</p> <p>1 litro de agua</p> <p>Trozos de 6 fresas</p> <p>Cajitas de 2 naranjas</p> <p>1 hoja de hierbabuena</p> <p>Sin exprimir la fruta, echa los trozos y hierbabuena al agua</p>	<p>01 ENSALADA PRIMAVERA (A)</p> <p>COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes, zanahoria.</p> <p>PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>45,08g</td><td>116,88g</td><td>21,11g</td><td>11,86g</td><td>1,94g</td><td>1,61g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 729 Kcal</td><td>9a13Años: 137 Kcal</td><td>14a18Años: 142 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	45,08g	116,88g	21,11g	11,86g	1,94g	1,61g	3a8Años: 729 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal				<p>02 SOPA DE PESCADO Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes</p> <p>PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON TOMATE (Pechuga de pollo, tomate natural)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>28,59g</td><td>61,34g</td><td>18,99g</td><td>15,84g</td><td>2,41g</td><td>2,74g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 518 Kcal</td><td>9a13Años: 349 Kcal</td><td>14a18Años: 424 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	28,59g	61,34g	18,99g	15,84g	2,41g	2,74g	3a8Años: 518 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 424 Kcal				<p>03 CREMA DE ZANAHORIAS</p> <p>LOMO ASADO CON TOMATE NATURAL (Cinta de lomo de cerdo, tomate natural)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>26,59g</td><td>58,35g</td><td>23,01g</td><td>30,35g</td><td>5,39g</td><td>2,32g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 589 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	26,59g	58,35g	23,01g	30,35g	5,39g	2,32g	3a8Años: 589 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																							
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
45,08g	116,88g	21,11g	11,86g	1,94g	1,61g																																																																																									
3a8Años: 729 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
28,59g	61,34g	18,99g	15,84g	2,41g	2,74g																																																																																									
3a8Años: 518 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 424 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
26,59g	58,35g	23,01g	30,35g	5,39g	2,32g																																																																																									
3a8Años: 589 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
<p>06 ENSALADA MIXTA (A) Lechuga, tomate natural, zanahoria, maíz, pescado.</p> <p>MACARRONES DE ARROZ CON ATÚN Pasta de harina de maíz y harina de arroz, tomate, cebolla y ajos, pescado.</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>11,24g</td><td>69,01g</td><td>15,97g</td><td>7,93g</td><td>3,07g</td><td>1,29g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 478 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	11,24g	69,01g	15,97g	7,93g	3,07g	1,29g	3a8Años: 478 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p>07 POTAJE DE GARBANZOS (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON PISTO (Pescado, calabacín, berenjena, patata, cebolla y pimienta)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>30,74g</td><td>78,24g</td><td>20,08g</td><td>18,56g</td><td>2,46g</td><td>1,58g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 601 Kcal</td><td>9a13Años: 742 Kcal</td><td>14a18Años: 923 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	30,74g	78,24g	20,08g	18,56g	2,46g	1,58g	3a8Años: 601 Kcal	9a13Años: 742 Kcal	14a18Años: 923 Kcal				<p>08 SOPA DE POLLO Pasta de harina de maíz y harina de arroz, pechuga de pollo, patata, zanahoria.</p> <p>BACALAO AL HORNO CON TOMATE Y AJITOS (Pescado, tomate frito, pimienta morron)</p> <p>PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>88,20g</td><td>154,54g</td><td>21,71g</td><td>19,20g</td><td>7,62g</td><td>5,39g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 189 Kcal</td><td>9a13Años: 365 Kcal</td><td>14a18Años: 408 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	88,20g	154,54g	21,71g	19,20g	7,62g	5,39g	3a8Años: 189 Kcal	9a13Años: 365 Kcal	14a18Años: 408 Kcal				<p>09 CREMA DE VERDURAS Patata, cebolla, zanahoria, calabacín.</p> <p>CARNE EN SALSA TOMATE CON PATATA COCI</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>36,57g</td><td>74,43g</td><td>21,30g</td><td>60,55g</td><td>16,45g</td><td>4,34g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 985 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	36,57g	74,43g	21,30g	60,55g	16,45g	4,34g	3a8Años: 985 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p>10 LENTEJAS CON VERDURAS (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)</p> <p>CROQUETAS DE MERLUZA CON TOMATE NATU Patata, merluza, tomate.</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>31,19g</td><td>85,37g</td><td>20,07g</td><td>10,55g</td><td>1,50g</td><td>1,00g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 546 Kcal</td><td>9a13Años: 518 Kcal</td><td>14a18Años: 611 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	31,19g	85,37g	20,07g	10,55g	1,50g	1,00g	3a8Años: 546 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
11,24g	69,01g	15,97g	7,93g	3,07g	1,29g																																																																																									
3a8Años: 478 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
30,74g	78,24g	20,08g	18,56g	2,46g	1,58g																																																																																									
3a8Años: 601 Kcal	9a13Años: 742 Kcal	14a18Años: 923 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
88,20g	154,54g	21,71g	19,20g	7,62g	5,39g																																																																																									
3a8Años: 189 Kcal	9a13Años: 365 Kcal	14a18Años: 408 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
36,57g	74,43g	21,30g	60,55g	16,45g	4,34g																																																																																									
3a8Años: 985 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
31,19g	85,37g	20,07g	10,55g	1,50g	1,00g																																																																																									
3a8Años: 546 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal																																																																																												
<p>13 MACARRONES DE MAIZ CON TOMATE Pasta de harina de maíz y harina de arroz, tomate, aceite de girasol, cebolla y ajos, pollo.</p> <p>SALCHICHAS DE POLLO CON ZANAHORIA (A) Salchicha (patata, pollo, ajo), zanahoria.</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>27,23g</td><td>59,58g</td><td>19,83g</td><td>34,29g</td><td>5,73g</td><td>1,05g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 657 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	27,23g	59,58g	19,83g	34,29g	5,73g	1,05g	3a8Años: 657 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p>14 HABICHUELAS CON VERDURAS (legumbres, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)</p> <p>BACALAO AL HORNO CON TOMATE Y AJITOS (Pescado, tomate frito, pimienta morron)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>45,09g</td><td>86,85g</td><td>19,55g</td><td>18,12g</td><td>2,43g</td><td>3,34g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 619 Kcal</td><td>9a13Años: 772 Kcal</td><td>14a18Años: 891 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	45,09g	86,85g	19,55g	18,12g	2,43g	3,34g	3a8Años: 619 Kcal	9a13Años: 772 Kcal	14a18Años: 891 Kcal				<p>15 SOPA DE CAZUELA Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes, pasta de harina de maíz y harina de arroz.</p> <p>SOLOMILLO ASADO CON PATATAS</p> <p>PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>41,35g</td><td>69,73g</td><td>18,69g</td><td>29,43g</td><td>4,96g</td><td>3,24g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 716 Kcal</td><td>9a13Años: 137 Kcal</td><td>14a18Años: 142 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	41,35g	69,73g	18,69g	29,43g	4,96g	3,24g	3a8Años: 716 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal				<p>16 PICADILLO DE PATATA (A) (Patata, judías verdes, zanahoria, maíz, atún)</p> <p>POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN (muslo de pollo, champiñón y ajo)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>42,10g</td><td>74,73g</td><td>18,43g</td><td>18,19g</td><td>3,77g</td><td>1,83g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 609 Kcal</td><td>9a13Años: 410 Kcal</td><td>14a18Años: 475 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	42,10g	74,73g	18,43g	18,19g	3,77g	1,83g	3a8Años: 609 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 475 Kcal				<p>17 CREMA DE CALABACÍN Patata, calabacín, cebollas</p> <p>SALMÓN AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ (Pescado, lechuga y maíz)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>21,63g</td><td>66,76g</td><td>20,59g</td><td>21,99g</td><td>3,34g</td><td>2,30g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 540 Kcal</td><td>9a13Años: 457 Kcal</td><td>14a18Años: 534 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	21,63g	66,76g	20,59g	21,99g	3,34g	2,30g	3a8Años: 540 Kcal	9a13Años: 457 Kcal	14a18Años: 534 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
27,23g	59,58g	19,83g	34,29g	5,73g	1,05g																																																																																									
3a8Años: 657 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
45,09g	86,85g	19,55g	18,12g	2,43g	3,34g																																																																																									
3a8Años: 619 Kcal	9a13Años: 772 Kcal	14a18Años: 891 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
41,35g	69,73g	18,69g	29,43g	4,96g	3,24g																																																																																									
3a8Años: 716 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
42,10g	74,73g	18,43g	18,19g	3,77g	1,83g																																																																																									
3a8Años: 609 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 475 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
21,63g	66,76g	20,59g	21,99g	3,34g	2,30g																																																																																									
3a8Años: 540 Kcal	9a13Años: 457 Kcal	14a18Años: 534 Kcal																																																																																												
<p>20 ESTOFADO DE VERDURAS (A) Patatas, pimientos verdes, cebollas, tomate, ajos.</p> <p>PEZ A LA CORDOBESA (Pescado, cebolla, pimienta verde, tomate, ajos)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>26,80g</td><td>32,69g</td><td>16,64g</td><td>10,72g</td><td>1,50g</td><td>1,35g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 331 Kcal</td><td>9a13Años: 434 Kcal</td><td>14a18Años: 493 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	26,80g	32,69g	16,64g	10,72g	1,50g	1,35g	3a8Años: 331 Kcal	9a13Años: 434 Kcal	14a18Años: 493 Kcal				<p>21 PICADILLO DE TOMATE (Tomate y pescado)</p> <p>COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes, zanahoria.</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>50,62g</td><td>119,58g</td><td>23,21g</td><td>24,55g</td><td>3,83g</td><td>2,13g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 874 Kcal</td><td>9a13Años: 349 Kcal</td><td>14a18Años: 406 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	50,62g	119,58g	23,21g	24,55g	3,83g	2,13g	3a8Años: 874 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 406 Kcal				<p>22 ESPAGUETIS MAIZ CON TOMATE Pasta de harina de maíz y arroz, tomate y pollo.</p> <p>MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE (Pescado, cebolla, pimienta morron, champiñón, perejil)</p> <p>PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>22,96g</td><td>82,67g</td><td>16,44g</td><td>13,24g</td><td>4,28g</td><td>2,52g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 657 Kcal</td><td>9a13Años: 349 Kcal</td><td>14a18Años: 375 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	22,96g	82,67g	16,44g	13,24g	4,28g	2,52g	3a8Años: 657 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 375 Kcal				<p>23 LENTEJAS CON VERDURAS (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)</p> <p>LOMO ASADO CON TOMATE NATURAL (Cinta de lomo de cerdo, tomate natural)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>41,52g</td><td>81,36g</td><td>20,32g</td><td>16,63g</td><td>2,84g</td><td>1,66g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 614 Kcal</td><td>9a13Años: 518 Kcal</td><td>14a18Años: 611 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	41,52g	81,36g	20,32g	16,63g	2,84g	1,66g	3a8Años: 614 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal				<p>24 ARROZ BLANCO CON TOMATE (Arroz y salsa de tomate)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA (A) Albóndiga (patata, pollo, ajo), tomate y zanahoria.</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>19,79g</td><td>93,17g</td><td>21,90g</td><td>31,53g</td><td>4,25g</td><td>3,04g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 721 Kcal</td><td>9a13Años: 505 Kcal</td><td>14a18Años: 625 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	19,79g	93,17g	21,90g	31,53g	4,25g	3,04g	3a8Años: 721 Kcal	9a13Años: 505 Kcal	14a18Años: 625 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
26,80g	32,69g	16,64g	10,72g	1,50g	1,35g																																																																																									
3a8Años: 331 Kcal	9a13Años: 434 Kcal	14a18Años: 493 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
50,62g	119,58g	23,21g	24,55g	3,83g	2,13g																																																																																									
3a8Años: 874 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 406 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
22,96g	82,67g	16,44g	13,24g	4,28g	2,52g																																																																																									
3a8Años: 657 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 375 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
41,52g	81,36g	20,32g	16,63g	2,84g	1,66g																																																																																									
3a8Años: 614 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
19,79g	93,17g	21,90g	31,53g	4,25g	3,04g																																																																																									
3a8Años: 721 Kcal	9a13Años: 505 Kcal	14a18Años: 625 Kcal																																																																																												
<p>27 CREMA DE CALABACÍN Patata, calabacín, cebollas</p> <p>POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN (muslo de pollo, champiñón y ajo)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>30,84g</td><td>67,82g</td><td>21,41g</td><td>17,98g</td><td>3,55g</td><td>2,05g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 554 Kcal</td><td>9a13Años: 410 Kcal</td><td>14a18Años: 475 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	30,84g	67,82g	21,41g	17,98g	3,55g	2,05g	3a8Años: 554 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 475 Kcal				<p>28 POTAJE DE GARBANZOS (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)</p> <p>MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE (Pescado, cebolla, pimienta morron, champiñón, perejil)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>28,02g</td><td>81,03g</td><td>19,76g</td><td>17,97g</td><td>2,45g</td><td>2,24g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 603 Kcal</td><td>9a13Años: 741 Kcal</td><td>14a18Años: 843 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	28,02g	81,03g	19,76g	17,97g	2,45g	2,24g	3a8Años: 603 Kcal	9a13Años: 741 Kcal	14a18Años: 843 Kcal				<p>29 SOPA DE POLLO Pasta de harina de maíz y harina de arroz, pechuga de pollo, patata, zanahoria.</p> <p>ATUN EN SALSA DE TOMATE (Pescado, cebolla, salsa de tomate)</p> <p>PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>77,68g</td><td>150,99g</td><td>20,50g</td><td>22,56g</td><td>9,43g</td><td>4,31g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 214 Kcal</td><td>9a13Años: 364 Kcal</td><td>14a18Años: 451 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	77,68g	150,99g	20,50g	22,56g	9,43g	4,31g	3a8Años: 214 Kcal	9a13Años: 364 Kcal	14a18Años: 451 Kcal				<p>30 ARROZ CON DELICIAS Arroz, pescado, zanahoria, maíz, ajos.</p> <p>SOLOMILLO ASADO CON TOMATE NATURAL (Solomillo de cerdo, tomate frescos)</p> <p>PAN BLANCO Sugerencia para Cena</p> <p>FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.q.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>42,00g</td><td>162,75g</td><td>23,54g</td><td>28,63g</td><td>4,33g</td><td>2,57g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 041 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	42,00g	162,75g	23,54g	28,63g	4,33g	2,57g	3a8Años: 041 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																						
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
30,84g	67,82g	21,41g	17,98g	3,55g	2,05g																																																																																									
3a8Años: 554 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 475 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
28,02g	81,03g	19,76g	17,97g	2,45g	2,24g																																																																																									
3a8Años: 603 Kcal	9a13Años: 741 Kcal	14a18Años: 843 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
77,68g	150,99g	20,50g	22,56g	9,43g	4,31g																																																																																									
3a8Años: 214 Kcal	9a13Años: 364 Kcal	14a18Años: 451 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
42,00g	162,75g	23,54g	28,63g	4,33g	2,57g																																																																																									
3a8Años: 041 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												