



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

Menu Para: MENÚ ALERGIAS

Nº Regit.: 171

Diciembre
2023

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



04 ARROZ CON DELICIAS

POLLO ASADO CON PATATA PANADERA

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
26,60g	161,94g	22,80g	20,30g	2,76g	1,88g
3a8Años: 908 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			

11 ESPAGUETIS MAIZ CON TOMATE

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

MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
25,04g	83,96g	16,80g	15,17g	4,59g	2,57g
3a8Años: 689 Kcal	9a13Años: 395 Kcal	14a18Años: 444 Kcal			

18 MACARRONES DE MAIZ CON TOMATE

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

BACALAO EN SALSA VERDE

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
3,04g	29,35g	15,34g	0,70g	0,12g	0,39g
3a8Años: 129 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			

MARTES



05 ESTOFADO DE VERDURAS (A)

Patatas, pimientos verdes, cebollas, tomate, ajos.

BACALAO AL HORNO CON TOMATE Y AJITOS

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
27,38g	34,18g	17,40g	11,24g	1,44g	2,28g
3a8Años: 289 Kcal	9a13Años: 390 Kcal	14a18Años: 456 Kcal			

12 LENTEJAS CON VERDURAS

CINTA DE LOMO A LA PLANCHA C/ TOMATE N

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
21,00g	80,29g	19,33g	5,53g	0,75g	0,73g
3a8Años: 437 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal			

19 CREMA DE CALABACÍN

SALCHICHAS DE POLLO CON ZANAHORIA (A)
Salchicha (patata, pollo, ajo), zanahoria.

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
31,68g	95,68g	23,89g	40,63g	6,59g	2,37g
3a8Años: 872 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			

26 SOPA DE POLLO

Pasta de harina de maíz y harina de arroz, pechuga de pollo, patata, zanahoria.

LOMO ASADO CON TOMATE NATURAL
(Cinta de lomo de cerdo, tomate natural)

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
84,35g	150,91g	20,89g	19,86g	8,42g	4,29g
3a8Años: 208 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			

MIÉRCOLES



13 CREMA DE CALABAZA

TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
19,60g	80,71g	19,37g	26,47g	4,08g	2,12g
3a8Años: 615 Kcal	9a13Años: 389 Kcal	14a18Años: 416 Kcal			

20 HABICHUELAS CON VERDURAS

CROQUETAS DE MERLUZA CON TOMATE NAT
Patata, merluza, tomate.

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
30,94g	87,10g	18,23g	12,60g	1,86g	1,72g
3a8Años: 569 Kcal	9a13Años: 544 Kcal	14a18Años: 625 Kcal			

27 ENSALADA MIXTA (A)

Lechuga, tomate natural, zanahoria, maíz, pescado.

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

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
45,05g	117,00g	21,35g	11,95g	1,97g	1,48g
3a8Años: 730 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			

JUEVES



07 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS

LOMO ASADO CON PATATAS

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
30,68g	113,33g	22,96g	17,48g	1,98g	1,69g
3a8Años: 445 Kcal	9a13Años: 541 Kcal	14a18Años: 632 Kcal			

14 PICADILLO DE TOMATE

COCIDO ANDALUZ

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

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

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			

21 SOPA DE ARROZ

Sopa de arroz (arroz, patata, gallina, zanahoria y cebolla)

SOLOMILLO ASADO CON PATATAS

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
50,33g	68,09g	32,30g	32,62g	10,82g	2,00g
3a8Años: 757 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal			

28 CREMA DE VERDURAS

Patata, cebolla, zanahoria, calabacín.

TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
19,21g	84,10g	20,57g	17,09g	2,55g	1,98g
3a8Años: 550 Kcal	9a13Años: 413 Kcal	14a18Años: 464 Kcal			

VIERNES

01 ENSALADA PRIMAVERA (A)

COCIDO ANDALUZ

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

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
45,05g	117,00g	21,35g	11,95g	1,97g	1,48g
3a8Años: 730 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			



15 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.q.s.	Sal
19,79g	93,17g	21,90g	31,53g	4,25g	3,04g
3a8Años: 721 Kcal	9a13Años: 505 Kcal	14a18Años: 625 Kcal			

22 PATATA GUISADA C/ POLLO (A)

Patatas, pollo, zanahoria, pimientos, tomate, cebollas, ajos.

MERLUZA AL HORNO CON PISTO

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
22,87g	57,04g	16,85g	44,06g	13,16g	1,14g
3a8Años: 701 Kcal	9a13Años: 374 Kcal	14a18Años: 503 Kcal			

29 LENTEJAS CON VERDURAS

HAMBURGUESA DE POLLO C/ LECHUGA (A)

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
21,00g	80,29g	19,33g	5,53g	0,75g	0,73g
3a8Años: 437 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal			