



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: MENU COLEGIOS (CALIENTES)

Nº Regit.: 168

Diciembre
2023

Nota:

La fruta habitual corresponde a manzana, pera, naranja y plátano. Sandía y melón en temporada.

Este menú no es apto para personas con alguna alergia o intolerancia alimentaria. (Reglamento 1169/2011).

En ese caso, debe comunicarlo a la Secretaría del Centro para disponer de un menú adaptado a la misma.

LUNES



04 ARROZ TRES DELICIAS

POLLO ASADO CON PATATA PANADERA

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
12,44g	85,85g	15,78g	7,58g	1,23g	1,78g
3a8Años: 440 Kcal	9a13Años: 568 Kcal	14a18Años: 644 Kcal			

MARTES



05 ESTOFADO PATATAS C/VERDURAS

BACALAO AL HORNO CON SALSAS TOMATE

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
YOGUR

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
35,09g	64,95g	22,52g	20,49g	3,85g	1,94g
3a8Años: 607 Kcal	9a13Años: 708 Kcal	14a18Años: 774 Kcal			

MIÉRCOLES



JUEVES



07 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS

TORTILLA FRANCESA CON MENESTRA
(Huevo líquido pasteurizado, judía verde, zanahoria, guisante, coliflor, champiñón, alcachofa y espárragos)

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
39,43g	116,03g	23,47g	33,68g	5,46g	2,68g
3a8Años: 649 Kcal	9a13Años: 790 Kcal	14a18Años: 950 Kcal			

VIERNES

01 ENSALADA PRIMAVERA

COCIDO CON MAGRO CERDO Y VERDURAS

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
29,17g	81,19g	25,53g	8,57g	1,57g	2,46g
3a8Años: 539 Kcal	9a13Años: 667 Kcal	14a18Años: 756 Kcal			



11 ESPAGUETIS CON JAMÓN YORK Y QUESO

MERLUZA AL HORNO EN SALSAS VERDE

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
27,89g	86,00g	19,56g	24,02g	5,19g	1,97g
3a8Años: 665 Kcal	9a13Años: 827 Kcal	14a18Años: 941 Kcal			

12 LENTEJAS CON VERDURAS

TORTILLA PATATA CALABACÍN C/ LECHUGA Y

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
26,46g	94,34g	21,63g	14,90g	2,13g	1,81g
3a8Años: 603 Kcal	9a13Años: 729 Kcal	14a18Años: 855 Kcal			

13 CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES

TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
21,65g	103,35g	21,45g	16,27g	2,59g	4,06g
3a8Años: 621 Kcal	9a13Años: 694 Kcal	14a18Años: 747 Kcal			

14 PICADILLO DE TOMATE

COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
38,21g	76,08g	21,10g	27,28g	6,36g	2,64g
3a8Años: 693 Kcal	9a13Años: 819 Kcal	14a18Años: 926 Kcal			

15 ARROZ BLANCO CON TOMATE

ALBÓNDIGAS DE AVE CON ZANAHORIAS

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
20,88g	81,00g	18,08g	23,10g	5,88g	2,75g
3a8Años: 603 Kcal	9a13Años: 740 Kcal	14a18Años: 904 Kcal			

18 MACARRONES CON TOMATE Y QUESO

(pasta, queso y salsa de tomate)

BACALAO FRITO CON LECHUGA

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
34,08g	91,62g	20,06g	22,66g	4,92g	2,33g
3a8Años: 688 Kcal	9a13Años: 828 Kcal	14a18Años: 950 Kcal			

19 CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES

SALCHICHAS DE POLLO C/ ZANAHORIA BABY

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
YOGUR

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
31,06g	81,35g	23,29g	21,23g	6,01g	5,99g
3a8Años: 626 Kcal	9a13Años: 760 Kcal	14a18Años: 894 Kcal			

20 HABICHUELAS CON VERDURAS

TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y TOMA
(Patata, huevo, cebolla, lechuga y tomate)

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
23,86g	91,68g	19,49g	15,61g	2,38g	2,60g
3a8Años: 590 Kcal	9a13Años: 704 Kcal	14a18Años: 805 Kcal			

21 SOPA DE PICADILLO

FLAMENQUIN DE POLLO CON PATATAS COCID
Flamenquín de pollo con patata cocida.

PAN INTEGRAL [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
31,71g	111,63g	17,69g	18,23g	5,04g	4,70g
3a8Años: 665 Kcal	9a13Años: 540 Kcal	14a18Años: 649 Kcal			

22 PATATAS GUIADAS CON POLLO

(Patata, pollo, zanahoria, pimienta, tomate, cebolla y guisantes)

MERLUZA AL HORNO CON PISTO

PAN BLANCO [Sugerencia para Cena](#)
FRUTA

Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
30,81g	63,49g	19,68g	16,91g	2,59g	1,18g
3a8Años: 553 Kcal	9a13Años: 661 Kcal	14a18Años: 800 Kcal			