



Fundación Diocesana Santos Mártires

14012 CATERING: LA ABUELA ANA

Tel. 657420238 / 618517304

info@gruposercolu.es www.gruposercolu.com

N.I.F.: B 14956684

R.G.S.A : 26.02234/CO

Menu Para: MENÚ ALERGIAS FUNDACION STOS.MARTIRES Nº Regit.: 437

Mayo
2025

Nota:

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	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES																																																																																										
				02MACARRONES DE MAIZ CON TOMATE Pasta de harina de maíz y harina de arroz, tomate, aceite de girasol, cebolla y ajos, pollo. BACALAO EN SALSA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>20,36g</td><td>30,82g</td><td>16,17g</td><td>9,07g</td><td>1,29g</td><td>0,66g</td></tr><tr><td>3a8Años: 280 Kcal</td><td>9a13Años: 347 Kcal</td><td>14a18Años: 398 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	20,36g	30,82g	16,17g	9,07g	1,29g	0,66g	3a8Años: 280 Kcal	9a13Años: 347 Kcal	14a18Años: 398 Kcal																																																																											
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
20,36g	30,82g	16,17g	9,07g	1,29g	0,66g																																																																																									
3a8Años: 280 Kcal	9a13Años: 347 Kcal	14a18Años: 398 Kcal																																																																																												
05ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA (A) Albóndiga (patata, pollo, ajo), tomate y zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></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				06CREMA DE ZANAHORIAS (A) SALMÓN AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>22,68g</td><td>57,68g</td><td>22,40g</td><td>31,98g</td><td>5,43g</td><td>2,47g</td></tr><tr><td>3a8Años: 594 Kcal</td><td>9a13Años: 398 Kcal</td><td>14a18Años: 444 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	22,68g	57,68g	22,40g	31,98g	5,43g	2,47g	3a8Años: 594 Kcal	9a13Años: 398 Kcal	14a18Años: 444 Kcal				07ENSALADA DE TOMATE COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes,zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>45,05g</td><td>117,00g</td><td>21,35g</td><td>11,95g</td><td>1,97g</td><td>1,48g</td></tr><tr><td>3a8Años: 730 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	45,05g	117,00g	21,35g	11,95g	1,97g	1,48g	3a8Años: 730 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				08PATATA GUISADA C/ POLLO (A) Patatas, pollo, zanahoria, pimientos, tomate, cebollas, ajos. CROQUETAS DE MERLUZA CON TOMATE NAT Patata, merluza, tomate. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>19,76g</td><td>59,06g</td><td>16,68g</td><td>39,32g</td><td>12,47g</td><td>1,16g</td></tr><tr><td>3a8Años: 653 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	19,76g	59,06g	16,68g	39,32g	12,47g	1,16g	3a8Años: 653 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				09HABICHUELAS CON VERDURAS TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>35,59g</td><td>114,63g</td><td>17,84g</td><td>15,95g</td><td>2,44g</td><td>1,89g</td></tr><tr><td>3a8Años: 718 Kcal</td><td>9a13Años: 848 Kcal</td><td>14a18Años: 986 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	35,59g	114,63g	17,84g	15,95g	2,44g	1,89g	3a8Años: 718 Kcal	9a13Años: 848 Kcal	14a18Años: 986 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																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
22,68g	57,68g	22,40g	31,98g	5,43g	2,47g																																																																																									
3a8Años: 594 Kcal	9a13Años: 398 Kcal	14a18Años: 444 Kcal																																																																																												
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																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
19,76g	59,06g	16,68g	39,32g	12,47g	1,16g																																																																																									
3a8Años: 653 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
35,59g	114,63g	17,84g	15,95g	2,44g	1,89g																																																																																									
3a8Años: 718 Kcal	9a13Años: 848 Kcal	14a18Años: 986 Kcal																																																																																												
12SOPA DE CAZUELA Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes, pasta de harina de maíz y harina de arroz. LOMO ASADO CON TOMATE NATURAL (Cinta de lomo de cerdo, tomate natural) PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>38,65g</td><td>61,54g</td><td>19,14g</td><td>18,11g</td><td>3,21g</td><td>2,97g</td></tr><tr><td>3a8Años: 571 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	38,65g	61,54g	19,14g	18,11g	3,21g	2,97g	3a8Años: 571 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				13ENSALADA DE GARBANZOS HAMBURGUESA DE POLLO C/ LECHUGA (A) PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>16,35g</td><td>66,01g</td><td>19,59g</td><td>16,83g</td><td>2,06g</td><td>1,59g</td></tr><tr><td>3a8Años: 468 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	16,35g	66,01g	19,59g	16,83g	2,06g	1,59g	3a8Años: 468 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				14MACARRONES DE MAÍZ CON POLLO MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>3,04g</td><td>29,35g</td><td>15,34g</td><td>0,70g</td><td>0,12g</td><td>0,39g</td></tr><tr><td>3a8Años: 129 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	3,04g	29,35g	15,34g	0,70g	0,12g	0,39g	3a8Años: 129 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				15LENTEJAS CON VERDURAS BACALAO HORNO CON PISTO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>21,00g</td><td>80,29g</td><td>19,33g</td><td>5,53g</td><td>0,75g</td><td>0,73g</td></tr><tr><td>3a8Años: 437 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	21,00g	80,29g	19,33g	5,53g	0,75g	0,73g	3a8Años: 437 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal				16ARROZ CON DELICIAS POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>49,94g</td><td>164,31g</td><td>24,80g</td><td>31,25g</td><td>5,33g</td><td>2,22g</td></tr><tr><td>3a8Años: 119 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	49,94g	164,31g	24,80g	31,25g	5,33g	2,22g	3a8Años: 119 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 475 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
38,65g	61,54g	19,14g	18,11g	3,21g	2,97g																																																																																									
3a8Años: 571 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
16,35g	66,01g	19,59g	16,83g	2,06g	1,59g																																																																																									
3a8Años: 468 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
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																																																																																												
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																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
49,94g	164,31g	24,80g	31,25g	5,33g	2,22g																																																																																									
3a8Años: 119 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 475 Kcal																																																																																												
19SOPA DE POLLO Pasta de harina de maíz y harina de arroz, pechuga de pollo, patata, zanahoria. SALMÓN CONFITADO C/ LECHUGA Y ZANAHO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>73,74g</td><td>150,43g</td><td>20,46g</td><td>27,85g</td><td>9,52g</td><td>4,98g</td></tr><tr><td>3a8Años: 303 Kcal</td><td>9a13Años: 471 Kcal</td><td>14a18Años: 554 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	73,74g	150,43g	20,46g	27,85g	9,52g	4,98g	3a8Años: 303 Kcal	9a13Años: 471 Kcal	14a18Años: 554 Kcal				20ENSALADA DE HÉLICES C/ TOMATE Y ESP SALCHICHAS DE POLLO CON ZANAHORIA (A) Salchicha (patata, pollo, ajo), zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></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				21LENTEJAS CON VERDURAS BACALAO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>21,00g</td><td>80,29g</td><td>19,33g</td><td>5,53g</td><td>0,75g</td><td>0,73g</td></tr><tr><td>3a8Años: 437 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	21,00g	80,29g	19,33g	5,53g	0,75g	0,73g	3a8Años: 437 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal				22CREMA DE CALABACÍN (A) CARNE CON TOMATE CON MENESTRA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>21,75g</td><td>69,28g</td><td>20,68g</td><td>19,23g</td><td>4,27g</td><td>2,61g</td></tr><tr><td>3a8Años: 542 Kcal</td><td>9a13Años: 472 Kcal</td><td>14a18Años: 537 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	21,75g	69,28g	20,68g	19,23g	4,27g	2,61g	3a8Años: 542 Kcal	9a13Años: 472 Kcal	14a18Años: 537 Kcal				23ENSALADA PRIMAVERA (A) COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes,zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>45,05g</td><td>117,00g</td><td>21,35g</td><td>11,95g</td><td>1,97g</td><td>1,48g</td></tr><tr><td>3a8Años: 730 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	45,05g	117,00g	21,35g	11,95g	1,97g	1,48g	3a8Años: 730 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
73,74g	150,43g	20,46g	27,85g	9,52g	4,98g																																																																																									
3a8Años: 303 Kcal	9a13Años: 471 Kcal	14a18Años: 554 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																																																																																									
21,00g	80,29g	19,33g	5,53g	0,75g	0,73g																																																																																									
3a8Años: 437 Kcal	9a13Años: 518 Kcal	14a18Años: 611 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
21,75g	69,28g	20,68g	19,23g	4,27g	2,61g																																																																																									
3a8Años: 542 Kcal	9a13Años: 472 Kcal	14a18Años: 537 Kcal																																																																																												
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																																																																																												
26ARROZ BLANCO CON TOMATE POLLO ASADO CON JUDÍAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>28,55g</td><td>79,17g</td><td>18,51g</td><td>17,59g</td><td>3,40g</td><td>2,90g</td></tr><tr><td>3a8Años: 604 Kcal</td><td>9a13Años: 709 Kcal</td><td>14a18Años: 910 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	28,55g	79,17g	18,51g	17,59g	3,40g	2,90g	3a8Años: 604 Kcal	9a13Años: 709 Kcal	14a18Años: 910 Kcal				27LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON PISTO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>34,30g</td><td>83,36g</td><td>20,24g</td><td>15,28g</td><td>2,19g</td><td>0,98g</td></tr><tr><td>3a8Años: 594 Kcal</td><td>9a13Años: 731 Kcal</td><td>14a18Años: 924 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	34,30g	83,36g	20,24g	15,28g	2,19g	0,98g	3a8Años: 594 Kcal	9a13Años: 731 Kcal	14a18Años: 924 Kcal				28SALMOREJO (A) SOLOMILLO ASADO CON PATATAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA <table><tr><td>Proteína</td><td>H.Carb.</td><td>A.z</td><td>Grasas</td><td>A.q.s.</td><td>Sal</td></tr><tr><td>26,24g</td><td>38,73g</td><td>16,12g</td><td>23,22g</td><td>4,00g</td><td>1,45g</td></tr><tr><td>3a8Años: 453 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	26,24g	38,73g	16,12g	23,22g	4,00g	1,45g	3a8Años: 453 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																									
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
28,55g	79,17g	18,51g	17,59g	3,40g	2,90g																																																																																									
3a8Años: 604 Kcal	9a13Años: 709 Kcal	14a18Años: 910 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
34,30g	83,36g	20,24g	15,28g	2,19g	0,98g																																																																																									
3a8Años: 594 Kcal	9a13Años: 731 Kcal	14a18Años: 924 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal																																																																																									
26,24g	38,73g	16,12g	23,22g	4,00g	1,45g																																																																																									
3a8Años: 453 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												