



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 FUNDACIÓN STOS. MARTIRES

Nº Regit.: 519

Nota:

Diariamente el menú irá acompañado de ensalada.

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.

Noviembre
2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
03 ARROZ TRES DELICIAS POLLO ASADO CON PATATA COCIDA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 41,38g 101,24g 15,80g 17,53g 2,84g 2,12g 3a8Años: 630 Kcal 9a13Años: 788 Kcal 14a18Años: 884 Kcal	04 CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 18,68g 84,44g 22,89g 16,35g 3,45g 4,51g 3a8Años: 553 Kcal 9a13Años: 628 Kcal 14a18Años: 688 Kcal	05 COCIDO CON MAGRO CERDO Y VERDURA TORTILLA PATATA CALABACÍN C/ LECHUGA Y PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 31,29g 87,45g 21,88g 17,40g 2,91g 2,88g 3a8Años: 628 Kcal 9a13Años: 780 Kcal 14a18Años: 887 Kcal	06 ENSALADA PRIMAVERA ESPAGUETIS CON JAMÓN YORK Y QUESO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 17,43g 80,21g 26,22g 11,44g 2,90g 1,67g 3a8Años: 515 Kcal 9a13Años: 689 Kcal 14a18Años: 772 Kcal	07 SOPA DE PESCADO CON LLUVIA HAMBURGUESA POLLO HORNO C/ TOMATE N (Hamburguesa de pollo al horno y tomate natural) PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 28,26g 76,73g 18,82g 22,54g 5,26g 2,55g 3a8Años: 628 Kcal 9a13Años: 763 Kcal 14a18Años: 873 Kcal
10 SOPA DE PICADILLO TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y TOMA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 21,40g 93,04g 19,40g 16,45g 3,73g 4,95g 3a8Años: 594 Kcal 9a13Años: 744 Kcal 14a18Años: 897 Kcal	11 ENSALADA MIXTA COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 37,47g 67,74g 21,38g 26,74g 6,94g 2,24g 3a8Años: 662 Kcal 9a13Años: 814 Kcal 14a18Años: 984 Kcal	12 ESTOFADO DE PATATA CON TERNERA ROSADA FRITA CON BROCOLIS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 30,61g 62,71g 19,91g 22,74g 5,59g 1,41g 3a8Años: 609 Kcal 9a13Años: 717 Kcal 14a18Años: 857 Kcal	13 MACARRONES CON ATÚN PECHUGA POLLO EN SALSA CON JUDÍAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 29,39g 87,39g 18,17g 26,12g 3,79g 1,99g 3a8Años: 704 Kcal 9a13Años: 835 Kcal 14a18Años: 962 Kcal	14 LENTEJAS CON VERDURAS BACALAO AL HORNO CON SALSA TOMATE PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 46,52g 85,23g 21,25g 16,48g 2,11g 1,97g 3a8Años: 603 Kcal 9a13Años: 699 Kcal 14a18Años: 791 Kcal
17 ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBÓNDIGAS DE AVE CON ZANAHORIAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 20,88g 81,00g 18,08g 23,10g 5,88g 2,75g 3a8Años: 603 Kcal 9a13Años: 740 Kcal 14a18Años: 904 Kcal	18 HABICHUELAS CON VERDURAS TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 38,85g 115,57g 18,67g 18,10g 3,79g 2,16g 3a8Años: 761 Kcal 9a13Años: 859 Kcal 14a18Años: 969 Kcal	19 CAZUELA DE FIDEOS TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 26,77g 80,02g 18,52g 18,55g 4,54g 4,96g 3a8Años: 589 Kcal 9a13Años: 718 Kcal 14a18Años: 896 Kcal	20 PICADILLO DE TOMATE COCIDO CON MAGRO CERDO Y VERDURAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 31,40g 75,97g 21,45g 20,63g 3,39g 2,45g 3a8Años: 605 Kcal 9a13Años: 756 Kcal 14a18Años: 859 Kcal	21 CREMA DE VERDURA CON PICATOSTES ATUN EN SALSA DE TOMATE PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 22,97g 70,60g 21,16g 23,66g 5,15g 4,50g 3a8Años: 570 Kcal 9a13Años: 660 Kcal 14a18Años: 771 Kcal
24 ESTOFADO PATATAS C/VERDURAS POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 30,86g 61,42g 21,41g 18,65g 3,72g 1,09g 3a8Años: 614 Kcal 9a13Años: 723 Kcal 14a18Años: 808 Kcal	25 ENSALADA PRIMAVERA LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 27,73g 83,58g 27,96g 15,23g 3,75g 2,08g 3a8Años: 621 Kcal 9a13Años: 671 Kcal 14a18Años: 740 Kcal	26 MACARRONES CON JAMÓN YORK SALMÓN CONFITADO C/ LECHUGA Y ZANAHO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 23,87g 86,36g 16,90g 31,70g 4,86g 3,24g 3a8Años: 791 Kcal 9a13Años: 967 Kcal 14a18Años: 1.102 Kcal	27 CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES CARNE EN SALSA CON VERDURAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 17,39g 84,51g 23,59g 20,43g 3,87g 4,16g 3a8Años: 574 Kcal 9a13Años: 684 Kcal 14a18Años: 829 Kcal	28 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS BACALAO FRITO CON LECHUGA Y MAIZ PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA Proteína H.Carb. A.z Grasas A.g.s. Sal 34,86g 125,81g 23,86g 19,91g 2,23g 2,02g 3a8Años: 492 Kcal 9a13Años: 611 Kcal 14a18Años: 679 Kcal

