



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

Nota:

Diciembre

2025

Menu Para: MENÚ ALERGIAS FUNDACIÓN STOS.MARTIRES

Nº Regit.: 533

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						MIÉRCOLES						JUEVES						VIERNES					
01 ARROZ BLANCO CON TOMATE ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA (A) Albóndiga (patata, pollo, ajo), tomate y zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						02 ENSALADA MIXTA (A) Lechuga, tomate natural, zanahoria, maíz, pescado. COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes,zanahoria. PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA						03 ESPAGUETIS DE MAÍZ CON POLLO TILAPIA AL HORNO CON ZANAHORIA BABY PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						04 SOPA DE PESCADO Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes SOLOMILLO ASADO CON PATATAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						05 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA AL HORNO ENCEBOLLADA CON TO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA					
Proteína 19,79g	H.Carb. 93,17g	A.z 21,90g	Grasas 31,53g	A.q.s. 4,25g	Sal 3,04g	Proteína 45,08g	H.Carb. 116,88g	A.z 21,11g	Grasas 11,86g	A.q.s. 1,94g	Sal 1,61g	Proteína 17,38g	H.Carb. 30,92g	A.z 16,67g	Grasas 7,97g	A.q.s. 1,21g	Sal 0,95g	Proteína 41,32g	H.Carb. 69,85g	A.z 18,93g	Grasas 29,52g	A.q.s. 4,99g	Sal 3,10g	Proteína 34,51g	H.Carb. 80,60g	A.z 19,13g	Grasas 14,28g	A.q.s. 2,02g	Sal 1,00g
3a8Años: 721 Kcal		9a13Años: 505 Kcal		14a18Años: 625 Kcal		3a8Años: 729 Kcal		9a13Años: 137 Kcal		14a18Años: 142 Kcal		3a8Años: 272 Kcal		9a13Años: 360 Kcal		14a18Años: 410 Kcal		3a8Años: 717 Kcal		9a13Años: 162 Kcal		14a18Años: 190 Kcal		3a8Años: 572 Kcal		9a13Años: 662 Kcal		14a18Años: 762 Kcal	
08 ESTOFADO PATATAS C/VERDURAS PECHUGA POLLO EN SALSA CON JUDÍAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						09 MACARRONES DE ARROZ CON ATÚN Pasta de harina de maíz y harina de arroz, tomate, cebolla y ajos, pescado. BACALAO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMA PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA						10 ENSALADA DE TOMATE COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes,zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						11 CREMA DE CALABAZA (A) SALMÓN EN SALSA CHAMPIÑÓN PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						12 HABICHUELAS CON VERDURAS LOMO ASADO CON PATATAS PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA					
Proteína 21,58g	H.Carb. 65,08g	A.z 20,07g	Grasas 19,24g	A.q.s. 2,94g	Sal 1,67g	Proteína 11,27g	H.Carb. 68,89g	A.z 15,73g	Grasas 7,84g	A.q.s. 3,04g	Sal 1,43g	Proteína 45,05g	H.Carb. 117,00g	A.z 21,35g	Grasas 11,95g	A.q.s. 1,97g	Sal 1,48g	Proteína 26,24g	H.Carb. 60,02g	A.z 19,73g	Grasas 36,88g	A.q.s. 5,77g	Sal 1,95g	Proteína 23,57g	H.Carb. 90,21g	A.z 17,59g	Grasas 8,57g	A.q.s. 1,24g	Sal 1,76g
3a8Años: 595 Kcal		9a13Años: 701 Kcal		14a18Años: 784 Kcal		3a8Años: 477 Kcal		9a13Años: 137 Kcal		14a18Años: 142 Kcal		3a8Años: 730 Kcal		9a13Años: 162 Kcal		14a18Años: 190 Kcal		3a8Años: 664 Kcal		9a13Años: 480 Kcal		14a18Años: 592 Kcal		3a8Años: 511 Kcal		9a13Años: 572 Kcal		14a18Años: 664 Kcal	
15 ENSALADA PRIMAVERA (A) ESPAGUETIS MAIZ CON TOMATE Pasta de harina de maíz y arroz, tomate y pollo. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						16 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA						17 CREMA DE CALABACÍN (A) ATUN EN SALSA DE TOMATE PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						18 LENTEJAS CON VERDURAS CROQUETAS DE MERLUZA CON TOMATE NAT Patata, merluza, tomate. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						19 SOPA DE ARROZ POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA					
Proteína 12,35g	H.Carb. 76,94g	A.z 16,10g	Grasas 4,17g	A.q.s. 2,88g	Sal 1,47g	Proteína 40,50g	H.Carb. 128,61g	A.z 24,06g	Grasas 24,76g	A.q.s. 2,86g	Sal 2,50g	Proteína 21,32g	H.Carb. 66,73g	A.z 20,25g	Grasas 20,93g	A.q.s. 4,11g	Sal 2,52g	Proteína 31,19g	H.Carb. 85,37g	A.z 20,07g	Grasas 10,55g	A.q.s. 1,50g	Sal 1,00g	Proteína 50,47g	H.Carb. 61,07g	A.z 33,52g	Grasas 21,05g	A.q.s. 9,51g	Sal 1,28g
3a8Años: 499 Kcal		9a13Años: 162 Kcal		14a18Años: 190 Kcal		3a8Años: 576 Kcal		9a13Años: 738 Kcal		14a18Años: 838 Kcal		3a8Años: 529 Kcal		9a13Años: 388 Kcal		14a18Años: 499 Kcal		3a8Años: 546 Kcal		9a13Años: 518 Kcal		14a18Años: 611 Kcal		3a8Años: 644 Kcal		9a13Años: 385 Kcal		14a18Años: 427 Kcal	
22 PATATA GUISADA C/ POLLO Patatas, pollo, zanahoria, pimientos, tomate, cebollas, ajos. BACALAO EN SALSA PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						23 COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes,zanahoria. SALMÓN CONFITADO C/ LECHUGA Y ZANAHO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA						24 SOPA DE CAZUELA Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes, pasta de harina de maíz y harina de arroz. SALCHICHAS DE POLLO CON ZANAHORIA (A) Salchicha (patata, pollo, ajo), zanahoria. PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						25 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						26 SOPA DE POLLO Pasta de harina de maíz y harina de arroz, pechuga de pollo, patata, zanahoria. TILAPIA CON LIMÓN AL HORNO C/ ARROZ BLA PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA					
Proteína 26,88g	H.Carb. 55,44g	A.z 16,77g	Grasas 42,67g	A.q.s. 12,89g	Sal 1,16g	Proteína 54,99g	H.Carb. 117,48g	A.z 21,68g	Grasas 30,96g	A.q.s. 5,14g	Sal 3,23g	Proteína 42,31g	H.Carb. 90,70g	A.z 22,63g	Grasas 40,60g	A.q.s. 6,72g	Sal 2,70g	Proteína 26,64g	H.Carb. 83,09g	A.z 19,53g	Grasas 10,38g	A.q.s. 1,37g	Sal 1,21g	Proteína 75,90g	H.Carb. 174,00g	A.z 19,67g	Grasas 15,94g	A.q.s. 7,48g	Sal 3,77g
3a8Años: 695 Kcal		9a13Años: 347 Kcal		14a18Años: 398 Kcal		3a8Años: 002 Kcal		9a13Años: 447 Kcal		14a18Años: 506 Kcal		3a8Años: 921 Kcal		9a13Años: 162 Kcal		14a18Años: 190 Kcal		3a8Años: 522 Kcal		9a13Años: 645 Kcal		14a18Años: 770 Kcal		3a8Años: 235 Kcal		9a13Años: 389 Kcal		14a18Años: 416 Kcal	
29 ARROZ CON DELICIAS POLLO ASADO CON JUDÍAS PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						30 COCIDO ANDALUZ Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes,zanahoria. BACALAO HORNO CON PISTO PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR						31 CREMA DE ZANAHORIAS (A) CARNE EN SALSA TOMATE CON PATATA COCI PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA																	
Proteína 46,74g	H.Carb. 163,02g	A.z 23,25g	Grasas 27,28g	A.q.s. 5,01g	Sal 2,14g	Proteína 48,31g	H.Carb. 117,94g	A.z 22,17g	Grasas 14,11g	A.q.s. 3,32g	Sal 1,75g	Proteína 35,47g	H.Carb. 71,90g	A.z 22,77g	Grasas 69,99g	A.q.s. 18,37g	Sal 4,02g												
3a8Años: 085 Kcal		9a13Años: 366 Kcal		14a18Años: 475 Kcal		3a8Años: 773 Kcal		9a13Años: 172 Kcal		14a18Años: 172 Kcal		3a8Años: 053 Kcal		9a13Años: 162 Kcal		14a18Años: 190 Kcal													



