



NOVIEMBRE 2023 - TRITURADOS



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALORACIÓN
			2	3	Energía 1819 Kj 435 Kcal LIP 13.8 g AGS 3.0 g HC 54.2 g Azúcar 12.4 g Proteínas 16.6 g Sal 0.3 g
			TRITURADO DE POLLO CON ARROZ Y VERDURAS [6] Yogur [2]	TRITURADO DE VAINAS CON MERLUZA AL ACEITE DE OLIVA [4] [5] [6] [13] Fruta triturada	
6	7	8	9	10	
TRITURADO DE CALABAZA CON POLLO [6] Fruta triturada	TRITURADO DE PATATA CON CEBOLLA POCHADA Y RAPE ASADO [4] [6] Yogur [2]	TRITURADO DE CALABACÍN, PUERRO, CEBOLLA Y POLLO [6] Fruta triturada	TRITURADO DE LEGUMBRES Y VEGETALES [6] Yogur [2]	TRITURADO DE VACUNO CON VERDURAS, ZANAHORIA Y PUERRO [6] Fruta triturada	Energía 1577 Kj 377 Kcal LIP 15.1 g AGS 3.4 g HC 41.6 g Azúcar 14.1 g Proteínas 15.1 g Sal 0.5 g
13	14	15	16	17	
TRITURADO DE POLLO CON ARROZ Y VERDURAS [6] Fruta triturada	TRITURADO DE VAINAS CON MERLUZA AL ACEITE DE OLIVA [4] [5] [6] [13] Yogur [2]	TRITURADO DE CALABAZA CON POLLO [6] Fruta triturada	TRITURADO DE PATATA CON CEBOLLA POCHADA Y RAPE ASADO [4] [6] Yogur [2]	TRITURADO DE CALABACÍN, PUERRO, CEBOLLA Y POLLO [6] Fruta triturada	Energía 1725 Kj 413 Kcal LIP 14.4 g AGS 2.9 g HC 47.6 g Azúcar 13.1 g Proteínas 16.3 g Sal 0.2 g
20	21	22	23	24	
TRITURADO DE LEGUMBRES Y VEGETALES [6] Fruta triturada	TRITURADO DE VACUNO CON VERDURAS, ZANAHORIA Y PUERRO [6] Yogur [2]	TRITURADO DE POLLO CON ARROZ Y VERDURAS [6] Fruta triturada	TRITURADO DE VAINAS CON MERLUZA AL ACEITE DE OLIVA [4] [5] [6] [13] Yogur [2]	TRITURADO DE CALABAZA CON POLLO [6] Fruta triturada	Energía 1632 Kj 390 Kcal LIP 14.2 g AGS 3.3 g HC 46.7 g Azúcar 14.2 g Proteínas 15.4 g Sal 0.5 g
27	28	29	30		
TRITURADO DE PATATA CON CEBOLLA POCHADA Y RAPE ASADO [4] [6] Fruta triturada	TRITURADO DE CALABACÍN, PUERRO, CEBOLLA Y POLLO [6] Yogur [2]	TRITURADO DE LEGUMBRES Y VEGETALES [6] Fruta triturada	TRITURADO DE VACUNO CON VERDURAS, ZANAHORIA Y PUERRO [6] Yogur [2]		Energía 1567 Kj 375 Kcal LIP 15.8 g AGS 3.8 g HC 40.4 g Azúcar 13.4 g Proteínas 14.8 g Sal 0.6 g

- [1] Gluten
- [2] Lácteos
- [3] Huevo
- [4] Pescado
- [5] Moluscos
- [6] SO2, sulfitos
- [7] Sésamo
- [8] Cacahuets
- [9] Altramuces
- [10] Mostaza
- [11] Apio
- [12] Soja
- [13] Crustáceos
- [14] F. de cáscara

No cocinamos con potenciadores del sabor ni colorantes artificiales. Incluimos lácteos de proximidad con reducción de azúcar frente a ediciones anteriores.

Nuestro menú incluye vegetales frescos de temporada: naranja, plátano, pera, manzana, kiwi, piña, repollo, calabaza, calabacín, cebolla, puerro, brócoli, boniato, nabo, zanahoria y espinacas

Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV00639