

-CENA SANO-

COMPLEMENTO NUTRICIONAL AL ALMUERZO DE SANO SANO CATERING

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09 FEB./ 16 MAR.	10 FEB./ 17 MAR.	07 ENE./ 11 FEB./ 18 MAR.	08 ENE./ 12 FEB./ 19 MAR.	09 ENE./ 13 FEB./ 20 MAR.
-PURÉ DE VERDURAS -ENSALADILLA CON HUEVO DURO -LÁCTEO	-SOPA DE POLLO -LASAÑA DE CARNE -FRUTA NATURAL	-CREMA DE GUISANTES -SANDWICH MIXTO Y VEGETALES -FRUTA NATURAL	-CREMA DE ESPINACAS -SARDINAS CON PAPAS GUIADAS -FRUTA NATURAL	-SOPA DE VERDURAS -FAJITAS DE POLLO Y VEGETALES -LÁCTEO
12 ENE./ 16 FEB./ 23 MAR.	13 ENE./ 17 FEB./ 24 MAR.	14 ENE./ 18 FEB./ 25 MAR.	15 ENE./ 19 FEB./ 26 MAR.	16 ENE./ 20 FEB./ 27 MAR.
-PURÉ DE ZANAHORIA -REVUELTO DE JAMÓN Y SETAS -LÁCTEO	-SOPA DE POLLO -CROQUETAS DE CALABACÍN -FRUTA NATURAL	-POTAJE DE VERDURAS -TORTILLA A LA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE -FRUTA NATURAL	-SOPA DE FIDEOS -CHERNE A LA PLANCHA CON ENSALADA DE COL -FRUTA NATURAL	-CREMA DE COLES -MACARRONES CON CARNE MOLIDA -LÁCTEO
19 ENE./ 23 FEB./ 30 MAR.	20 ENE./ 24 FEB./ 31 MAR.	21 ENE./ 25 FEB./ 01 ABR.	22 ENE./ 26 FEB./ 02 ABR.	23 ENE./ 27 FEB./ 03 ABR.
-CREMA DE GUISANTES -ENSALADA TROPICAL (PASTA, ATÚN, PIÑA, TOMATE Y AGUACATE) -LÁCTEO	-CALDO HUEVO -HAMBURGUESA DE TERNERA Y ENSALADA MIXTA -FRUTA NATURAL	-SOPA DE VERDURAS -POLLO EN Salsa Y VERDURAS -FRUTA NATURAL	-CREMA DE VERDURAS -PALITOS DE PESCADO Y ENSALADA DE TOMATES ALINADOS -FRUTA NATURAL	-SOPA DE JUDÍAS -PASTA CON CARNE DE TERNERA MOLIDA -LÁCTEO
26 ENE./ 02 MAR.	27 ENE./ 03 MAR.	28 ENE./ 04 MAR.	29 ENE./ 05 MAR.	30 ENE./ 06 MAR.
-CREMA DE ESPINACAS -PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA -LÁCTEO	-JUDÍAS VERDES CON JAMÓN -TORTILLA FRANCESA -FRUTA NATURAL	-CREMA DE VERDURAS -ALBÓNDIGAS CON ENSALADA -FRUTA NATURAL	-PURÉ DE CALABAZA -ROLLITOS DE JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO -FRUTA NATURAL	-SOPA DE VERDURAS -PASTA CON ATÚN Y HUEVO DURO -LÁCTEO
02 FEB./ 09 MAR.	03 FEB./ 10 MAR.	04 FEB./ 11 MAR.	05 FEB./ 12 MAR.	06 FEB./ 13 MAR.
-CREMA DE ZANAHORIA -POLLO CON TOMATE Y ARROZ -LÁCTEO	-SOPA DE FIDEOS -FAJITAS DE TERNERA Y VEGETALES -FRUTA NATURAL	-CREMA DE VERDURAS -CROQUETAS DE CALABACÍN CON ENSALADA -FRUTA NATURAL	-SOPA DE VERDURAS -REVUELTO CON HUEVO DURO, JUDÍAS Y SETAS -FRUTA NATURAL	-CREMA DE GUISANTES -PIZZA DE ATÚN, CEBOLLA Y ORÉGANO -LÁCTEO

De acuerdo al REGLAMENTO (UE) N° 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 octubre de 2011 Y REAL DECRETO 126/2015 DE 27 Febrero 2015 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, se informa que los alimentos elaborados pudieran contener algunos de los ingredientes alergénicos o intolerantes mencionados en su ANEXO II, los cuales se informan de su presencia en la siguiente tipografía:

Este menú ha sido elaborado atendiendo a las siguientes raciones el cual varía y se sirve de acuerdo a la edad, aportando entre el 30 y 35% de su requerimiento diario. Fuente: BEDCA-Base de datos española de composición de alimentos.

Este menú ha sido elaborado atendiendo a las siguientes raciones el cual varía y se sirve de a

Fuente: BEDCA-Base de datos española de composición de alimentos.

Recomendación diaria para un óptimo estado de salud

EDAD (AÑOS)	NIÑOS	NIÑAS							
	Kcal / día		Primer plato		Ración	Segundo plato		Ración	Postre
3 a 5	1590	1540	185 g	1	150 g	1	125 g		
6 a 9	1990	1770	235 g	1 y 1/2	225 g	1 y 1/2	175 g		
10 a 12	2150	1880	330 g	2	300 g	2	250 g		

Fuente: FAO/OMS/ONU

SUPERVISADO Y CALCULADO POR:



Gestiona:

SANO SANO CATERING

Nº 42382008

C.I.F. 090370202 (S.L.)

Dº Elena González R.

Técnica Superior Nutrición y Dietética

Callejón Angosto n° 16 - Triana
38760 - Los Llanos de Aridane

sanosanocatering.es

sano sano

CATERING

ELABORACIONES PARA COLECTIVIDADES Y EVENTOS

MENÚ:

INICIACION GUARDERIAS 2025/26

Periodo: Enero - Abril

-ALMUERZO-

¡POR UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA Y DIFERENCIADA!



INICIACION GUARDERIAS 2025/26 ALMUERZO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
05 ENE. / 09 FEB. / 16 MAR. Alérg. -VICHYSOISSE CON TERNERA FRUTA NATURAL	06 ENE. / 10 FEB. / 17 MAR. Alérg. -POTAJE DE ALUBIAS COMPOTA	07 ENE. / 11 FEB. / 18 MAR. Alérg. -CREMA DE CALABAZA CON PESCADO FRUTA NATURAL	08 ENE. / 12 FEB. / 19 MAR. Alérg. -POTAJE DE LENTEJAS COMPOTA	09 ENE. / 13 FEB. / 20 MAR. Alérg. -CREMA DE ZANAHORIA CON MERLUZA FRUTA NATURAL
12 ENE. / 16 FEB. / 23 MAR. Alérg. -CREMA DE VERDURAS CON POLLO FRUTA NATURAL	13 ENE. / 17 FEB. / 24 MAR. Alérg. -CREMA DE VERDURAS CON PESCADO COMPOTA	14 ENE. / 18 FEB. / 25 MAR. Alérg. -POTAJE DE LENTEJAS FRUTA NATURAL	15 ENE. / 19 FEB. / 26 MAR. Alérg. -CREMA DE ZANAHORIA CON HUEVO COMPOTA	16 ENE. / 20 FEB. / 27 MAR. Alérg. -POTAJE DE GARBANZOS Y VERDURAS FRUTA NATURAL
19 ENE. / 23 FEB. / 30 MAR. Alérg. -POTAJE DE ESPINACAS Y VERDURA FRUTA NATURAL	20 ENE. / 24 FEB. / 31 MAR. Alérg. -CREMA DE VERDURAS CON TERNERA COMPOTA	21 ENE. / 25 FEB / 01 ABR. Alérg. -LENTEJAS FRUTA NATURAL	22 ENE. / 26 FEB. / 02 ABR. Alérg. -CREMA DE ZANAHORIA CON POLLO COMPOTA	23 ENE. / 27 FEB. / 03 ABR. Alérg. -CREMA DE CALABACÍN CON HUEVO FRUTA NATURAL
26 ENE. / 02 MAR. Alérg. -CREMA DE VERDURAS CON CERDO FRUTA NATURAL	27 ENE. / 03 MAR. Alérg. -POTAJE DE JUDÍAS COMPOTA	28 ENE. / 04 MAR. Alérg. -CREMA DE CALABAZA CON JAMÓN FRUTA NATURAL	29 ENE. / 05 MAR. Alérg. -CREMA DE CALABACÍN CON TERNERA COMPOTA	30 ENE. / 06 MAR. Alérg. -CREMA DE ZANAHORIA CON PESCADO FRUTA NATURAL
02 FEB. / 09 MAR. Alérg. -LENTEJAS FRUTA NATURAL	03 FEB. / 10 MAR. Alérg. -CREMA DE ZANAHORIA CON TERNERA COMPOTA	04 FEB. / 11 MAR. Alérg. -CREMA DE CALABAZA CON HUEVO FRUTA NATURAL	05 FEB. / 12 MAR. Alérg. -CREMA DE CALABACÍN CON PESCADO COMPOTA	06 FEB. / 13 MAR. Alérg. -POTAJE DE VERDURAS CON CERDO FRUTA NATURAL

De acuerdo al **REGLAMENTO (UE) N° 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 octubre de 2011 Y REAL DECRETO 126/2015 DE 27 Febrero 2015** sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, se informa que los alimentos elaborados pudieran contener algunos de los ingredientes alergénicos o intolerantes mencionados en su **ANEXO II**, los cuales se informan de su presencia en el presente menú con la siguiente tipografía:

Recomendación diaria para un óptimo estado de salud

EDAD (AÑOS)	NIÑOS	NIÑAS				
	Kcal / día		Primer plato	Ración	Segundo plato	Postre
3 a 6	1690	1540	185 g	1	150 g	125 g
6 a 9	1990	1770	235 g	1 y ½	225 g	175 g
9 a 12	2150	1880	330g	2	300g	250 g

Fuente: FAO/OMS/ONU

Este menú ha sido elaborado atendiendo a las siguientes raciones el cual varia y se sirve de acuerdo a la edad, aportando entre el 30 y 35% de su requerimiento diario.
Fuente: BEDCA-Base de datos española de composición de alimentos.

APIO	SÉSAMO	CACAHUETE	FRUTOS SECOS	ALTRAMUCOS	SOJA	HUEVO
PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	MOSTAZA	SULFITOS	LECHE/LACTOSA	TRIGO/GLUTEN

SUPERVISADO Y CALCULADO POR:

Gestiona:



Silvia A. Martínez R.
Lic. Biotecnología
NIF: 42281026B
c. nº.0903757/2013/H13325

Dña Elena Concepción R.
Técnico Superior Nutrición
y Dietética

