



La Abuela Ana catering
Calle de los Alicatadores nº 19
14013 Córdoba
Tel. 957420238 / 618517304
info@gruposercolu.es www.abuelaana.es

N.I.F.: B 14956684

R.G.S.A : 26.02234/CO

Menu Para: MENÚ E.I. (FRÍOS)

Nº Regit.: 523

Diciembre
2025

Nota:

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

LUNES						MARTES						MIERCOLES						JUEVES						VIERNES					
01 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACA						02 ARROZ BLANCO CON TOMATE						03 CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES						04 ESPAGUETIS BOLOÑESA						05 SOPA DE PESCADO CON LLUVIA					
BACALAO FRITO CON LECHUGA Y MAIZ						ALBÓNDIGAS DE AVE CON ZANAHORIAS						CARNE EN SALSA CON VERDURAS						TILAPIA FRITA CON BROCOLIS						TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y MAÍZ					
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR VERDURA+QUESO+YOGUR						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA SOPA+PESCADO +FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+HUEVO+FRUTA						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR ARROZ+CARNE+FRUTA					
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
34,83g	125,93g	24,10g	20,00g	2,26g	1,89g	24,14g	81,95g	18,91g	25,25g	7,22g	3,02g	17,00g	81,49g	23,20g	19,92g	3,79g	3,96g	15,02g	79,58g	17,28g	11,21g	1,56g	1,29g	23,44g	83,83g	21,40g	21,90g	4,53g	3,17g
3a8Años: 492 Kcal		9a13Años: 636 Kcal		14a18Años: 727 Kcal		3a8Años: 646 Kcal		9a13Años: 751 Kcal		14a18Años: 887 Kcal		3a8Años: 556 Kcal		9a13Años: 677 Kcal		14a18Años: 508 Kcal		3a8Años: 476 Kcal		9a13Años: 595 Kcal		14a18Años: 681 Kcal		3a8Años: 645 Kcal		9a13Años: 735 Kcal		14a18Años: 862 Kcal	
08 LENTEJAS CON VERDURAS						09 ESTOFADO PATATAS C/VERDURAS						10 MACARRONES CON ATÚN						11 COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO						12 CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES					
MERLUZA AL HORNO ENCEBOLLADA CON TO						PECHUGA POLLO EN SALSA CON JUDÍAS						TORTILLA FRANCESA C/ LECHUGA Y ZANAHO						TILAPIA AL HORNO CON ZANAHORIA BABY						SALMÓN EN SALSA CHAMPIÑÓN					
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+CARNE+FRUTA						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR ENSALADA+PESCADO+YOGUR						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA SOPA +CARNE+FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ARROZ+PESCADO+YOGUR						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR PASTA+HUEVO+FRUTA					
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
34,48g	80,72g	19,37g	14,37g	2,05g	0,86g	24,84g	66,02g	20,90g	21,39g	4,29g	1,94g	21,67g	85,37g	19,34g	25,74g	4,27g	1,37g	41,06g	66,24g	19,79g	19,15g	4,71g	2,23g	31,54g	83,61g	22,63g	28,84g	5,63g	4,17g
3a8Años: 573 Kcal		9a13Años: 686 Kcal		14a18Años: 810 Kcal		3a8Años: 638 Kcal		9a13Años: 712 Kcal		14a18Años: 766 Kcal		3a8Años: 654 Kcal		9a13Años: 779 Kcal		14a18Años: 900 Kcal		3a8Años: 608 Kcal		9a13Años: 780 Kcal		14a18Años: 914 Kcal		3a8Años: 714 Kcal		9a13Años: 795 Kcal		14a18Años: 906 Kcal	
15 HABICHUELAS CON VERDURAS						16 ESPAGUETIS CON JAMÓN YORK Y QUESO						17 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACA						18 CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES						19 LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO					
LOMO ADOBADO CON LECHUGA Lomo adobado al horno con lechuga						MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO						TORTILLA PATATA CALABACÍN C/ LECHUGA Y						ATUN EN SALSA DE TOMATE						CROQUETAS DE BACALAO CON LECHUGA Y					
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA VERDURA+QUESO+FRUTA						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR ARROZ+PESCADO+FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA SOPA +CARNE+FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+HUEVO+YOGUR						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR VERDURA+CARNE+FRUTA					
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
48,93g	93,99g	17,83g	17,24g	3,13g	2,79g	21,83g	73,42g	19,23g	17,72g	4,82g	1,53g	40,29g	139,98g	26,40g	29,37g	3,64g	2,97g	23,60g	81,97g	22,71g	23,23g	4,61g	4,57g	27,63g	86,73g	22,83g	27,15g	5,86g	1,90g
3a8Años: 708 Kcal		9a13Años: 855 Kcal		14a18Años: 996 Kcal		3a8Años: 538 Kcal		9a13Años: 710 Kcal		14a18Años: 785 Kcal		3a8Años: 659 Kcal		9a13Años: 846 Kcal		14a18Años: 971 Kcal		3a8Años: 610 Kcal		9a13Años: 717 Kcal		14a18Años: 855 Kcal		3a8Años: 699 Kcal		9a13Años: 838 Kcal		14a18Años: 957 Kcal	
22 SOPA DE PICADILLO						23 ESTOFADO DE PATATA CON TERNERA						24 COCIDO CON MAGRO CERDO Y VERDURA						25 CAZUELA DE FIDEOS						26 LENTEJAS CON VERDURAS					
POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN						BACALAO EN SALSA VERDE						SALMÓN CONFITADO C/ LECHUGA Y ZANAHO						SALCHICHAS DE POLLO COCIDAS AL VINO C/						MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO					
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+QUESO+FRUTA						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR ARROZ+HUEVO+FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA VERDURA+CARNE+FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA PASTA+QUESO FRESCO						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR ENSALADA+CARNE+YOGUR					
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal
41,16g	84,26g	19,09g	18,13g	4,83g	3,97g	18,75g	61,37g	19,59g	16,46g	5,55g	1,20g	35,75g	73,99g	20,16g	27,12g	4,72g	3,42g	38,94g	69,63g	17,34g	19,82g	4,89g	6,35g	29,90g	84,03g	20,36g	12,54g	2,72g	1,48g
3a8Años: 655 Kcal		9a13Años: 812 Kcal		14a18Años: 982 Kcal		3a8Años: 496 Kcal		9a13Años: 532 Kcal		14a18Años: 592 Kcal		3a8Años: 734 Kcal		9a13Años: 879 Kcal		14a18Años: 1.007 Kcal		3a8Años: 605 Kcal		9a13Años: 742 Kcal		14a18Años: 972 Kcal		3a8Años: 565 Kcal		9a13Años: 656 Kcal		14a18Años: 752 Kcal	
29 SOPA DE ALBÓNDIGAS						30 ARROZ TRES DELICIAS						31 COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO																	
TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y TOMA						POLLO ASADO CON JUDÍAS						BACALAO HORNO CON PISTO																	
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA SOPA+PESCADO +FRUTA						PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena YOGUR ENSALADA+PESCADO+FRUTA						PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA VERDURA+HUEVO+FRUTA																	
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.q.s.	Sal												
20,99g	83,48g	19,52g	23,81g	5,08g	4,65g	35,84g	87,87g	17,06g	16,71g	4,82g	2,31g	26,72g	64,67g	18,46g	11,88g	3,62g	1,67g												
3a8Años: 623 Kcal		9a13Años: 735 Kcal		14a18Años: 882 Kcal		3a8Años: 660 Kcal		9a13Años: 782 Kcal		14a18Años: 912 Kcal		3a8Años: 465 Kcal		9a13Años: 582 Kcal		14a18Años: 694 Kcal													