

Lunes

29

5 Triturado de Zanahoria con Queso
Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado
Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

12 Triturado de verduras con Salmón Patata
Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco,
Calabaza Dado Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado

19 Triturado de Zanahoria con Queso
Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado
Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

26 Triturado de Zanahoria con Palometa
Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Palometa Filete
S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Martes

30

6 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo
Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata
Dado Eco, Calabaza Dado Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado

13 Triturado de Zanahoria con Pavo Zanahoria
Dado Eco, Patata Dado Eco, Pavo Dado Cong, Aceite
Oliva Virgen Extra Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado

20 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo
Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata
Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

27 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo
Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco,
Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Miércoles

31

7 Triturado de Verduras Guisadas con
Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria
Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

14 Triturado de Garbanzos, Calabacín,
Verduras y Pescado Patata Dado Eco, Garbanzo
Pedrosillano, Merluza Embutido Rodaja, Zanahoria
Dado Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado

21 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón
Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio
Blanco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

28 Triturado de Verduras Guisadas con
Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria
Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Jueves

1

Triturado de Calabaza con pollo Calabaza
Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p
Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado



8 Triturado de Verduras Guisadas con
Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p,
Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

15 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza
Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p
Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado

22 Triturado de Verduras Guisadas con
Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p,
Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

29 Triturado de Patatas, Judías Verdes y Pollo
Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p, Judia
Verde Plana, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Viernes

2

Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón
Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio
Blanco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

9 Triturado de Calabacín con Carne de
Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco,
Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

16 Triturado de Cazuela de Patatas con Choco
Patata Dado, Poton Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco,
Guisante Eco

Fruta triturada/ yogur natural azucarado

23 Triturado de Calabacín con Carne de
Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco,
Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

30 Triturado de Crema Hortelana con Carne
de Ternera Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco,
Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Menú Triturado AFA. Enero 2026

Triturado con espesante - - Centro Afa

Lunes

29

5 Triturado de Zanahoria con Queso Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

12 Triturado de verduras con Salmón Con Espesante Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

19 Triturado de Zanahoria con Queso Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

26 Triturado de Zanahoria con Palometa Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Martes

30

6 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Con Espesante Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

13 Triturado de Zanahoria con Pavo Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Pavo Dado Cong, Harina Fina Maíz
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

20 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Con Espesante Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

27 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Miércoles

31

7 Triturado Lentejas con Verduras cocidas con Huevo Con Espesante Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Tortilla Francesa, Pimiento Rojo Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

14 Triturado de Garbanzos, Calabacín, Verduras y Pescado Con Espesante Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Merluza Embutido Rodaja, Zanahoria Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

21 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Con Espesante Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Potón Tiras, Aplo Blanco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

28 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Con Espesante Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Jueves

1

1 Triturado de Calabaza con pollo Con Espesante Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

8 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado y Espesante Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

15 Triturado de Calabaza con pollo Con Espesante Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

22 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado y Espesante Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

29 Triturado de Patatas, Judías Verdes y Pollo y Espesante Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p, Judía Verde Plana, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

Viernes

2

2 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Con Espesante Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Potón Tiras, Aplo Blanco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

9 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Con Espesante Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

16 Triturado de Cazuela de Patatas con Choco Con Espesante Patata Dado, Potón Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

23 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Con Espesante Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

30 Triturado de Crema Hortelana con Carne de Ternera Con Espesante Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco
Fruta triturada/ yogur natural azucarado

mediterránea

Menú Triturado AFA. Enero 2026

Triturado con espesante Bajo en calorías - - Centro Afa

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	1 Triturado de Calabaza con pollo Con Espesante Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	2 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Con Espesante Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur desnatado
5 Triturado de Zanahoria con Queso Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	6 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Con Espesante Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	7 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Con Espesante Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	8 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado y Espesante Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	9 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Con Espesante Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado
12 Triturado de verduras con Salmón Con Espesante Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	13 Triturado de Zanahoria con Huevo Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	14 Triturado de Garbanzos, Calabacín, Verduras y Pescado Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Merluza Embutido Rodaja, Zanahoria Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	15 Triturado de Calabaza con pollo Con Espesante Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	16 Triturado de Cazuela de Patatas con Choco Con Espesante Patata Dado, Poton Tacos Limplo, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco Fruta triturada/ yogur desnatado
19 Triturado de Zanahoria con Queso Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	20 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Con Espesante Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	21 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Con Espesante Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Aplo Blanco Fruta triturada/ yogur desnatado	22 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado y Espesante Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	23 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Con Espesante Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado
26 Triturado de Zanahoria con Palometa Con Espesante Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	27 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong Fruta triturada/ yogur desnatado	28 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Con Espesante Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	29 Triturado de Patatas, Judías Verdes y Pollo y Espesante Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p, Judía Verde Plana, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	30 Triturado de Crema Hortelana con Carne de Ternera Con Espesante Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	1 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	2 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur sin lactosa
5 Triturado de Zanahoria con Queso Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	6 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	7 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	8 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	9 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa
12 Triturado de verduras con Salmón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	13 Triturado de Zanahoria con Huevo Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	14 Triturado de Garbanzos, Calabacín, Verduras y Pescado Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Merluza Embutido Rodaja, Zanahoria Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	15 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	16 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur sin lactosa
19 Triturado de Zanahoria con Queso Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	20 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	21 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	22 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	23 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa
26 Triturado de Zanahoria con Palometa Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	27 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong Fruta triturada/ yogur sin lactosa	28 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	29 Triturado de Patatas, Judías Verdes y Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p, Judia Verde Plana, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa	30 Triturado de Crema Hortelana con Carne de Ternera Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco Fruta triturada/ yogur sin lactosa

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	1 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	2 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur desnatado
5 Triturado de Zanahoria con Queso Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	6 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	7 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	8 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	9 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado
12 Triturado de verduras con Salmón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	13 Triturado de Zanahoria con Huevo Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	14 Triturado de Garbanzos, Calabacín, Verduras y Pescado Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Merluza Embutido Rodaja, Zanahoria Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	15 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	16 Triturado de Cazuela de Patatas con Choco Patata Dado, Poton Tacos Limpio, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco Fruta triturada/ yogur desnatado
19 Triturado de Zanahoria con Queso Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	20 Triturado de Lentejas con Calabaza y Pollo Lenteja Pardina, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	21 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur desnatado	22 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	23 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado
26 Triturado de Zanahoria con Palometa Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	27 Triturado de Lentejas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Pardina, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong Fruta triturada/ yogur desnatado	28 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	29 Triturado de Patatas, Judías Verdes y Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p, Judia Verde Plana, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur desnatado	30 Triturado de Crema Hortelana con Carne de Ternera Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco Fruta triturada/ yogur desnatado

Menú Triturado AFA. Enero 2026

Triturado Sin Legumbres - - Centro Afa

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	1 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	2 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur natural azucarado
5 Triturado de Zanahoria con Queso Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	6 Triturado de Guiso con Calabaza y Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	7 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	8 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	9 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado
12 Triturado de verduras con Salmón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	13 Triturado de Zanahoria con Huevo Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	14 Triturado de Garbanzos, Calabacín, Verduras y Pescado Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Merluza Embutido Rodaja, Zanahoria Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	15 Triturado de Calabaza con pollo Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	16 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur natural azucarado
19 Triturado de Zanahoria con Queso Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Queso Rallado Mix, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	20 Triturado de Guiso con Calabaza y Pollo Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	21 Triturado de Patatas, Zanahorias y Potón Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Poton Tiras, Apio Blanco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	22 Triturado de Verduras Guisadas con Pescado Patata Dado Eco, Abadejo Alaska Filete S/p, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	23 Triturado de Calabacín con Carne de Cerdo Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Albondiga Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado
26 Triturado de Zanahoria con Palometa Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Palometa Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	27 Triturado de Verduras Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Tomate Triturado Fruta triturada/ yogur natural azucarado	28 Triturado de Verduras Guisadas con Huevo Patata Dado Eco, Tortilla Francesa, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	29 Triturado de Patatas con Verduras Estofadas y Carne de Ave Patata Dado Eco, Pollo Contramuslo S/h S/p Cong, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado	30 Triturado de Crema Hortelana con Carne de Ternera Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacin Dado Eco Fruta triturada/ yogur natural azucarado