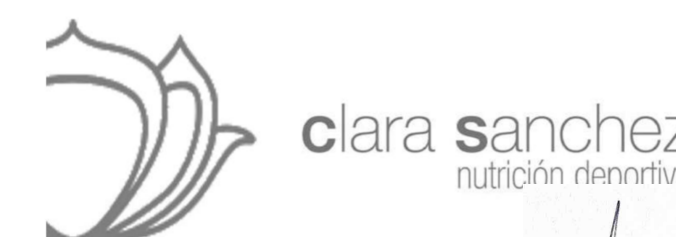




Pol. Indus. Nueva Montaña
C/Isla del Oleo, nave 57
www.altracatering.com
info@altracatering.com

PURÉ - HAYPO - ABRIL 2026



Clara Sánchez
Dietista y Nutricionista
CAN0006

Día	Primer plato	Segundo plato	Guarnición/Ensalada	Postre	kcal	proteínas	grasas	hidratos	Azúcares	Fibra	Sodio
Miércoles 1/04/2026											
Jueves 02/04/2026											
Viernes 03/04/2026											
Sábado 04/04/2026											
Domingo 05/04/2026											
Lunes 06/04/2026	Crema de verduras			Yogur	581	11	16	40	5	10	467
Martes 07/04/2026	Puré de alubias			Fruta triturada	683	18	16	61	6	14	735
Miércoles 08/04/2026	Puré de patatas en salsa verde			Fruta triturada	649	25	18	40	7	13	405
Jueves 09/04/2026	Puré de garbanzos				536	23	15	44	8	12	439
Viernes 10/04/2026	Puré de patatas, zanahoria y			Fruta triturada	423	14	10	53	10	14	566
Sábado 11/04/2026											
Domingo 12/04/2026											
Lunes 13/04/2026	Puré de judías, patata, zanahoria			Fruta triturada	655	13	15	58	6	9	788
Martes 14/04/2026	Puré de lentejas			Yogur	671	11	13	67	10	15	689
Miércoles 15/04/2026	Crema de zanahoria			Fruta triturada	524	22	12	65	6	15	771
Jueves 16/04/2026	Puré de alubias			Fruta triturada	528	10	10	44	5	10	432
Viernes 17/04/2026	Puré de patata, calabacín,			Fruta triturada	401	14	15	64	8	12	657
Sábado 18/04/2026											
Domingo 19/04/2026											
Lunes 20/04/2026	Puré de verduras			Fruta triturada	675	14	15	70	10	11	542
Martes 21/04/2026	Crema de calabacín			Fruta	533	17	11	58	9	13	861
Miércoles 22/04/2026	Puré de lentejas			Yogur	641	11	13	78	7	14	490
Jueves 23/04/2026	Puré de judías, patata y			Fruta	641	16	18	60	7	10	470
Viernes 24/04/2026	Puré de garbanzos			Fruta	407	18	17	66	6	8	591
Sábado 25/04/2026											
Domingo 26/04/2026											
Lunes 27/04/2026	Puré de alubias			Fruta	579	20	14	68	10	12	547
Martes 28/04/2026	Crema de verduras			Fruta triturada	497	25	13	49	7	12	710
Miércoles 29/04/2026	Triturado de patatas, verduras y			Fruta triturada	449	13	19	71	5	11	702
Jueves 30/04/2026	Puré de lentejas			Yogur	617	11	10	48	5	12	561

PURÉ - HAYPO - ABRIL 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
LUNES 6 Crema de verduras Yogur	MARTES 7 Puré de alubias Fruta triturada	MIÉRCOLES 8 Puré de patatas en salsa verde Fruta triturada	JUEVES 9 Puré de garbanzos	VIERNES 10 Puré de patatas, zanahoria y puerro Fruta triturada
LUNES 13 Puré de judías, patata, zanahoria y puerro Fruta triturada	MARTES 14 Puré de lentejas Yogur	miércoles 15 Crema de zanahoria (patata, zanahoria, puerro) Fruta triturada	JUEVES 16 Puré de alubias Fruta triturada	VIERNES 17 Puré de patata, calabacín, zanahoria y puerro Fruta triturada
LUNES 20 Puré de verduras Fruta triturada	MARTES 21 Crema de calabacín (patata, calabacín, puerro) Fruta	miércoles 22 Puré de lentejas Yogur	JUEVES 23 Puré de judías, patata y zanahoria Fruta	VIERNES 24 Puré de garbanzos Fruta
LUNES 27 Puré de alubias Fruta	MARTES 28 Crema de verduras (patata, ca Fruta triturada	MIÉRCOLES 29 Triturado de patatas, verduras y te Fruta triturada	JUEVES 30 Puré de lentejas Yogur	

Este menú ha sido calibrado con 30g de pan. Las kcal son orientativas puesto que depende de la ración que consuma cada persona.

El menú ha sido revisado y aprobado por el servicio de nutrición de Clara Sánchez Nutrición. Nº colegiado. 006 CODINUCAN.