

DENOMINACIÓN DEL PRODUCTO	COMPOSICIÓN	INFORMACIÓN NUTRICIONAL DEL MENÚ								TÉCNICA CULINARIA	PROCESADO		
		INGREDIENTES	(g)/ración	ENERGÍA (kcal)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDOS (g)	Ácidos grasos saturados (g)	CARBOHIDRATOS (g)	Azúcares (g)			Sal (g)	ALÉRGICOS
ALUBIAS CON VERDURAS	Alubia blanca	30	102	6,54	0,36	0,03	18,69	0,66	0,01	12	Guiso	Lavamos y picamos todas las verduras excepto un pimiento, una cebolla y los ajos que los añadiremos enteros. Seguidamente ponemos en una olla las alubias (previamente hidratadas durante 12h.) con la cebolla, pimiento y el ajo que hemos dejado aparte, cuando hierva, desespumamos y añadimos el resto de ingredientes, cocemos todo a fuego lento hasta que los garbanzos estén tiernos. Finalmente añadimos un poco de sal.	
	Patata	20	15	0,40	0,02	0,00	3,40	0,16	0,00				
	Zanahoria dado	5	2	0,05	0,01	0,00	0,37	0,34	0,00				
	Tomate triturado en conserva	5	5	0,06	0,05	0,00	0,22	0,12	0,15				
	Aceite de oliva virgen extra	5	45	0,00	5,00	0,83	0,00	0,00	0,00				
	Cebolla	5	2	0,06	0,01	0,00	0,40	0,28	0,00				
	Pimiento rojo	5	2	0,05	0,02	0,01	0,32	0,31	0,00				
	Pimiento verde	5	1	0,04	0,02	0,01	0,13	0,12	0,00				
	Ajo	0,2	0	0,01	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00				
	Sal yodada	0,2	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Colorante	0,2	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07				(T): 9, 10 y 11
	Pimentón	0,2	1	0,03	0,03	0,00	0,07	0,07	0,00				(T): 9, 10 y 11
Azúcar	0,2	1	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00					
TOTAL		81	176	7,23	5,51	0,87	23,85	2,05	0,24				
TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA	Tortilla de patatas con cebolla	100	148	4,60	9,70	1,40	9,40	0,70	1,30	3	Horno	Refrigeración y embarquetado.	
TOTAL		100	148	4,60	9,70	1,40	9,40	0,70	1,30				
ENSALADA MEZCLUM	Ensalada mezclum	65	9	0,59	0,09	0,00	1,93	1,28	0,00	12	Crudo	Crudo	
	Aceite de oliva virgen extra	10	90	0,00	10,00	1,65	0,00	0,00	0,00				
	Vinagre	5	0	0,01	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00				
	Sal yodada	0,2	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
TOTAL		80	99	0,59	10,10	1,65	1,94	1,28	0,00				
PAN INTEGRAL		50	141	4,72	0,85	0,23	27,55	1,46	0,65	1	Horno	Horno	
TOTAL			141	4,72	0,85	0,23	27,55	1,46	0,65				
FRUTA	Manzana	100	52	0,30	0,20	0,00	14,00	10,00	0,00				
TOTAL		100	52	0,30	0,20	0,00	14,00	10,00	0,00				
TOTAL			616	17,45	26,35	4,15	76,74	15,49	2,19				

ENERGÍA (kcal)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDOS (g)	Ácidos grasos saturados (g)	CARBOHIDRATOS (g)	Azúcares (g)	Sal (g)
----------------	---------------	-------------	-----------------------------	-------------------	--------------	---------

Ingredientes alergénicos según el Reglamento Europeo 1169/2011:

- 1- Gluten
- 2- Crustáceos
- 3- Huevo
- 4- Pescado
- 5- Cacahuets
- 6- Soja
- 7- Leche y derivados
- 8- Frutos secos (de cáscara)
- 9- Apio
- 10- Mostaza
- 11- Granos de sésamo
- 12- Sulfitos
- 13- Altramuces
- 14- Moluscos

(T): TRAZAS (ppm)

CARACTERÍSTICAS	REGENERACIÓN T: > 75°C ALMACENAMIENTO: Cámaras Frigoríficas ≤ 4°C ENVASADO: Barquetas de PP, termoselladas con semivació.	ETIQUETADO: Individualizado por barquetas y plato. Con fecha de elaboración (LOTE) y de consumo preferente. Con identificación de alérgenos.	TRANSPORTE: Camiones Isotermos FNA < 4°C DESTINATARIO FINAL: Comedores Escolares LOTE: fecha de elaboración	Vida útil: 7 días Fecha actualización: Noviembre 2017
------------------------	---	--	---	--