

# MAYO 2021

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7																																																		
1° Crema de verduras	1° Ensalada de pasta	1° Fabada	1° Empanada de bonito	1° Canelones																																																		
2° Huevos fritos con arroz blanco y tomate	2° Filete de merluza con hilos de verdura	2° Pechuga de pollo a la plancha con pimientos y ensalada	2° Raxo con patatas y brécol	2° Palometa con jardinera																																																		
Postre: Fruta o yogurt	Postre: Fruta variada	Postre: Fruta o leche frita	Postre: Fruta variada	Postre: Fruta variada																																																		
<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 56,1%</td> <td>2. Huevo</td> </tr> <tr> <td>L: 29,8%</td> <td>Postre: lácteo</td> </tr> <tr> <td>P: 14,1%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra: 9,07g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 56,1%	2. Huevo	L: 29,8%	Postre: lácteo	P: 14,1%		Fibra: 9,07g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 45,5%</td> <td>1. Gluten, pescado, huevo, sulfitos</td> </tr> <tr> <td>L: 31,6%</td> <td>2. Pescado</td> </tr> <tr> <td>P: 22,9%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra: 12,49g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 45,5%	1. Gluten, pescado, huevo, sulfitos	L: 31,6%	2. Pescado	P: 22,9%		Fibra: 12,49g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 43,7%</td> <td>2. Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>L: 30,4%</td> <td>Postre: lácteo, gluten</td> </tr> <tr> <td>P: 25,9%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra: 18,83g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 43,7%	2. Sulfitos	L: 30,4%	Postre: lácteo, gluten	P: 25,9%		Fibra: 18,83g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 51,3%</td> <td>1. Gluten, Pescado</td> </tr> <tr> <td>L: 28,5%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>P: 20,1%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra: 14,91g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 51,3%	1. Gluten, Pescado	L: 28,5%		P: 20,1%		Fibra: 14,91g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 49%</td> <td>1. Gluten, Lácteo</td> </tr> <tr> <td>L: 28,7%</td> <td>2. Pescado</td> </tr> <tr> <td>P: 22,3%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra: 13,78g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 49%	1. Gluten, Lácteo	L: 28,7%	2. Pescado	P: 22,3%		Fibra: 13,78g	
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 56,1%	2. Huevo																																																					
L: 29,8%	Postre: lácteo																																																					
P: 14,1%																																																						
Fibra: 9,07g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 45,5%	1. Gluten, pescado, huevo, sulfitos																																																					
L: 31,6%	2. Pescado																																																					
P: 22,9%																																																						
Fibra: 12,49g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 43,7%	2. Sulfitos																																																					
L: 30,4%	Postre: lácteo, gluten																																																					
P: 25,9%																																																						
Fibra: 18,83g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 51,3%	1. Gluten, Pescado																																																					
L: 28,5%																																																						
P: 20,1%																																																						
Fibra: 14,91g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 49%	1. Gluten, Lácteo																																																					
L: 28,7%	2. Pescado																																																					
P: 22,3%																																																						
Fibra: 13,78g																																																						
<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>																																																		
<b>Fideos de zanahoria y calabacín con boloñesa de soja texturizada</b>	<b>Sandwich de tortilla francesa y aguacate</b>	<b>Salmón al horno con patatas de calabaza</b>	<b>Pisto de verduras con garbanzos</b>	<b>Gazpacho con huevo duro y pan tostado</b>																																																		
	<b>Ensalada de tomates cherry, pepino y fresas</b>		Saltea en una sartén calabacín, pimiento rojo, pimiento verde y berenjena. Incorpora tomate triturado y orégano. Añade los garbanzos cocidos.																																																			

LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14																																								
1° Pizza Maristas	1° Lentejas con verduras	1° Ensaladilla rusa	1° Crema de verduras																																									
2° Merluza a la plancha con ensalada	2° Tortilla española con ensalada	2° Calamares y ensalada	2° Albóndigas de ternera con arroz y guisantes																																									
Postre: Fruta o flan	Postre: Fruta variada	Postre: Fruta o yogurt	Postre: Fruta variada																																									
<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 47,8%</td> <td>1.Gluten, Lácteo</td> </tr> <tr> <td>L: 31,5%</td> <td>2.Pescado, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>P: 20,7%</td> <td>Postre: huevo, lácteo</td> </tr> <tr> <td>F: 9,56g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 47,8%	1.Gluten, Lácteo	L: 31,5%	2.Pescado, Sulfitos	P: 20,7%	Postre: huevo, lácteo	F: 9,56g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 48,6%</td> <td>2.Huevo, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>L: 35,3%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>P: 16,1%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>F: 16,04g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 48,6%	2.Huevo, Sulfitos	L: 35,3%		P: 16,1%		F: 16,04g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 45,3%</td> <td>1.Pescado, Huevo, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>L: 32,4%</td> <td>2.Molusco, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>P: 22,3%</td> <td>Postre: lácteo</td> </tr> <tr> <td>F: 12,13g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 45,3%	1.Pescado, Huevo, Sulfitos	L: 32,4%	2.Molusco, Sulfitos	P: 22,3%	Postre: lácteo	F: 12,13g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 51,3%</td> <td>2.Gluten, Huevo</td> </tr> <tr> <td>L: 29,7%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>P: 19%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra:11,60g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 51,3%	2.Gluten, Huevo	L: 29,7%		P: 19%		Fibra:11,60g		
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 47,8%	1.Gluten, Lácteo																																											
L: 31,5%	2.Pescado, Sulfitos																																											
P: 20,7%	Postre: huevo, lácteo																																											
F: 9,56g																																												
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 48,6%	2.Huevo, Sulfitos																																											
L: 35,3%																																												
P: 16,1%																																												
F: 16,04g																																												
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 45,3%	1.Pescado, Huevo, Sulfitos																																											
L: 32,4%	2.Molusco, Sulfitos																																											
P: 22,3%	Postre: lácteo																																											
F: 12,13g																																												
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 51,3%	2.Gluten, Huevo																																											
L: 29,7%																																												
P: 19%																																												
Fibra:11,60g																																												
<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>																																									
<b>Arroz salteado con lentejas y verduras</b>	<b>Ratatouille con mozzarella</b>	<b>Sartén de alubias rojas con tomate y zanahoria</b>	<b>Burritos de bonito, lechuga y aguacate</b>																																									
Cuece el arroz. Saltea zanahoria y puerro. Añade el arroz cocido, las lentejas y un chorrito de salsa de soja.	Corta calabacín, berenjena y tomate en rodajas. Colócalas en una fuente para horno intercalando. Por encima añade queso mozzarella y hornea a 180°C.	Pocha cebolla y zanahoria. Añade tomate triturado y tomillo. Por último incorpora las alubias rojas cocidas y maíz dulce.	<b>Ensalada de tomate cherry y maíz dulce</b>																																									

LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21																																								
	<p>1º Ensalada de garbanzos</p> <p>2º Solomillo de cerdo salteado con champiñones y patatas</p> <p>Postre: Fruta variada</p>	<p>1º Empanadillas de bonito</p> <p>2º Jamoncitos de pollo con jardinera</p> <p>Postre: Fruta o natillas</p>	<p>1º Espaguetis boloñesa</p> <p>2º Salmón a la plancha con ensalada</p> <p>Postre: Fruta variada</p>	<p>1º Revuelto de jamón con champiñones</p> <p>2º Milanesa con arroz e hilos de verdura</p> <p>Postre: Fruta o yogurt</p>																																								
	<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">HC: 45%</td> <td style="text-align: center;">1.Pescado, Huevo, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">L: 30,4%</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">P: 24,6%</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">F: 19,29g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 45%	1.Pescado, Huevo, Sulfitos	L: 30,4%		P: 24,6%		F: 19,29g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">HC: 49,7%</td> <td style="text-align: center;">1.Pescado, Gluten</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">L: 27%</td> <td style="text-align: center;">Postre: huevo, lácteo</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">P: 23,3%</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">F: 11,95g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 49,7%	1.Pescado, Gluten	L: 27%	Postre: huevo, lácteo	P: 23,3%		F: 11,95g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">HC: 45,2%</td> <td style="text-align: center;">1.Gluten, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">L: 35,1%</td> <td style="text-align: center;">2.Pescado, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">P: 19,7%</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">F: 12,61g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 45,2%	1.Gluten, Sulfitos	L: 35,1%	2.Pescado, Sulfitos	P: 19,7%		F: 12,61g		<table border="0"> <tr> <td style="text-align: center;"><u>Valor nutricional</u></td> <td style="text-align: center;"><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">HC: 48,5%</td> <td style="text-align: center;">1.Huevo</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">L: 28,4%</td> <td style="text-align: center;">2.Gluten, Huevo</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">P: 23,1%</td> <td style="text-align: center;">Postre: lácteo</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">F: 8,94g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 48,5%	1.Huevo	L: 28,4%	2.Gluten, Huevo	P: 23,1%	Postre: lácteo	F: 8,94g	
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 45%	1.Pescado, Huevo, Sulfitos																																											
L: 30,4%																																												
P: 24,6%																																												
F: 19,29g																																												
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 49,7%	1.Pescado, Gluten																																											
L: 27%	Postre: huevo, lácteo																																											
P: 23,3%																																												
F: 11,95g																																												
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 45,2%	1.Gluten, Sulfitos																																											
L: 35,1%	2.Pescado, Sulfitos																																											
P: 19,7%																																												
F: 12,61g																																												
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																											
HC: 48,5%	1.Huevo																																											
L: 28,4%	2.Gluten, Huevo																																											
P: 23,1%	Postre: lácteo																																											
F: 8,94g																																												
	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>																																								
	<b>Huevos a la plancha con patatas de zanahoria</b>	<b>Ensalada de garbanzos con mango, espárragos blancos, canónigos y pepino con salsa de yogur (yogur natural, tahini, zumo de limón y sal)</b>	<b>Crema de calabacín Sandwich caliente de queso y espinacas baby</b>	<b>Judías verdes salteadas con soja texturizada y tomate</b>																																								

LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28																																																		
1° Potaje de garbanzos	1° Empanada de bonito	1° Lentejas con verduras	1° Crema de verduras	1° Canelones																																																		
2° Pechuga de pollo con ensalada	2° Zorza con cachelos y pimientos	2° Filete de merluza con hilos de verdura	2° Huevos fritos con arroz blanco y tomate	2° Rabas de calamar con ensalada y limón																																																		
Postre: Fruta variada	Postre: Fruta o yogurt	Postre: Fruta variada	Postre: Fruta o helado	Postre: Fruta variada																																																		
<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 39,7%</td> <td>2.Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>L: 35,7%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>P: 24,6%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>F: 15,76g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 39,7%	2.Sulfitos	L: 35,7%		P: 24,6%		F: 15,76g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 52,6%</td> <td>1.Gluten, Pescado</td> </tr> <tr> <td>L: 28,6%</td> <td>Postre: lácteo</td> </tr> <tr> <td>P: 18,9%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>F: 14g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 52,6%	1.Gluten, Pescado	L: 28,6%	Postre: lácteo	P: 18,9%		F: 14g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 48,6%</td> <td>2. Pescado</td> </tr> <tr> <td>L: 22,3%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>P: 29%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra:15,34g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 48,6%	2. Pescado	L: 22,3%		P: 29%		Fibra:15,34g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC:47%</td> <td>2. Huevo</td> </tr> <tr> <td>L: 39,5%</td> <td>Postre: lácteo</td> </tr> <tr> <td>P: 13,5%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Fibra:10,17g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC:47%	2. Huevo	L: 39,5%	Postre: lácteo	P: 13,5%		Fibra:10,17g		<table border="0"> <tr> <td><u>Valor nutricional</u></td> <td><u>Alérgenos</u></td> </tr> <tr> <td>HC: 49,4%</td> <td>1.Gluten, Lácteo</td> </tr> <tr> <td>L: 31,3%</td> <td>2. Molusco, Gluten, Huevo, Sulfitos</td> </tr> <tr> <td>P: 19,3%</td> <td></td> </tr> <tr> <td>F: 13,49g</td> <td></td> </tr> </table>	<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>	HC: 49,4%	1.Gluten, Lácteo	L: 31,3%	2. Molusco, Gluten, Huevo, Sulfitos	P: 19,3%		F: 13,49g	
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 39,7%	2.Sulfitos																																																					
L: 35,7%																																																						
P: 24,6%																																																						
F: 15,76g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 52,6%	1.Gluten, Pescado																																																					
L: 28,6%	Postre: lácteo																																																					
P: 18,9%																																																						
F: 14g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 48,6%	2. Pescado																																																					
L: 22,3%																																																						
P: 29%																																																						
Fibra:15,34g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC:47%	2. Huevo																																																					
L: 39,5%	Postre: lácteo																																																					
P: 13,5%																																																						
Fibra:10,17g																																																						
<u>Valor nutricional</u>	<u>Alérgenos</u>																																																					
HC: 49,4%	1.Gluten, Lácteo																																																					
L: 31,3%	2. Molusco, Gluten, Huevo, Sulfitos																																																					
P: 19,3%																																																						
F: 13,49g																																																						
<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>	<u>PROPUESTA CENA:</u>																																																		
<b>Tortilla de brócoli</b>	<b>Berenjenas rellenas de lentejas y mozzarella</b>	<b>Ensalada de quinoa, aguacate, queso de cabra, maíz dulce, aceitunas, tomates cherry y pepino</b>	<b>Gazpacho de calabacín</b>	<b>Revuelto de judías y zanahoria con pan tostado</b>																																																		
<b>Ensalada de canónigos, frambuesas y zanahoria rallada</b>	Hornea la berenjena cortada por la mitad. Vacía la carne y mezcla con las lentejas y salsa de tomate. Rellena las berenjenas y añade mozzarella. Hornea.		<b>Hojaldre de sardinillas y pimientos</b>																																																			

LUNES 31

1° Pizza Maristas

2° Cachopo con patatas y  
ensalada

Postre: Fruta o helado

Valor  
nutricional

HC: 45%

L: 36,8%

P: 18,2%

F: 13,36g

Alérgenos

1. Gluten, Lácteo

2. Gluten,  
Huevo, Lácteo,  
Sulfitos

Postre: lácteo

PROPUESTA CENA:

**Crema de calabaza**

**Burritos de alubias, puré de  
aguacate y espinacas**

HC: hidratos de carbono L: lípidos P: proteínas. F: fibra

*\*Todas las comidas van acompañadas de un trozo de pan, por lo que hay que tener en cuenta la presencia de "gluten" si se consume.*

*\*Las valoraciones nutricionales están elaboradas a partir de raciones estándar, considerando el consumo de una ración de pan y la fruta como postre de elección.*

*\*Existe un buffet de ensaladas a disposición del alumnado para completar los platos si así lo desean.*

*En cumplimiento con el Reglamento n° 1169/2011 Sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.*

### Recomendaciones generales

- ✓ Ofrecer los alimentos y en caso de rechazo esperar y **volver a ofrecer** en otra ocasión.
- ✓ Fomentar el consumo de **verduras y hortalizas** en comidas y cenas.
- ✓ Procurar que al final del día se haya consumido un **mínimo de 3 raciones de fruta**.
- ✓ Controlar el **consumo de sal** y alimentos que la contengan (comida precocinada, snacks, ...).
- ✓ **Agua mineral** como bebida de elección.
- ✓ Priorizar el consumo de **proteína vegetal**, especialmente legumbres (mínimo 3 veces/semana).
- ✓ Elegir **proteína animal** de calidad, priorizando el pescado, los huevos y la carne de aves.
- ✓ Limitar el consumo de **carne roja y derivados**, como salchichas, fiambres y embutidos (chorizo, jamón, ...)
- ✓ El consumo de **cereales y derivados** (pan, pasta, arroz, ...) debería ser preferiblemente **integral**.
- ✓ Incluir el consumo diario de **frutos secos (naturales o tostados)** en meriendas, medias mañanas, desayunos, ... (un puñado).
- ✓ **Evitar** el consumo de **zumos, bollería industrial, dulces, salsas comerciales, platos precocinados, ...**
- ✓ Los **lácteos y derivados** semi o enteros sin azúcares ni aditivos añadidos.

*Adriana Fernández Vidal*

*Diplomada en Nutrición humana y dietética por la Universidad de Granada.*

*Miembro GA043 de la Federación Española de Dietistas-Nutricionistas.*

695 041 265

