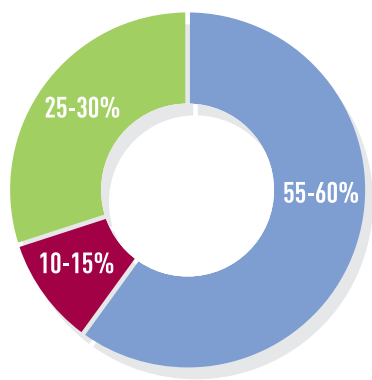


PURA ENERGÍA

LA DIETA MEDITERRÁNEA Y EL MONTADITO 300CS

EL MONTADITO, BASE DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

DISTRIBUCIÓN ÓPTIMA DE ENERGÍA:

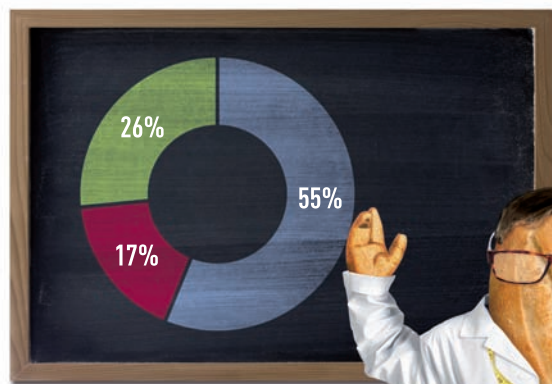


REPARTO DIARIO DE MACRONUTRIENTES
EN UNA DIETA EQUILIBRADA.

■ Carbohidratos
■ Proteínas
■ Grasas

Fuente:
Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición

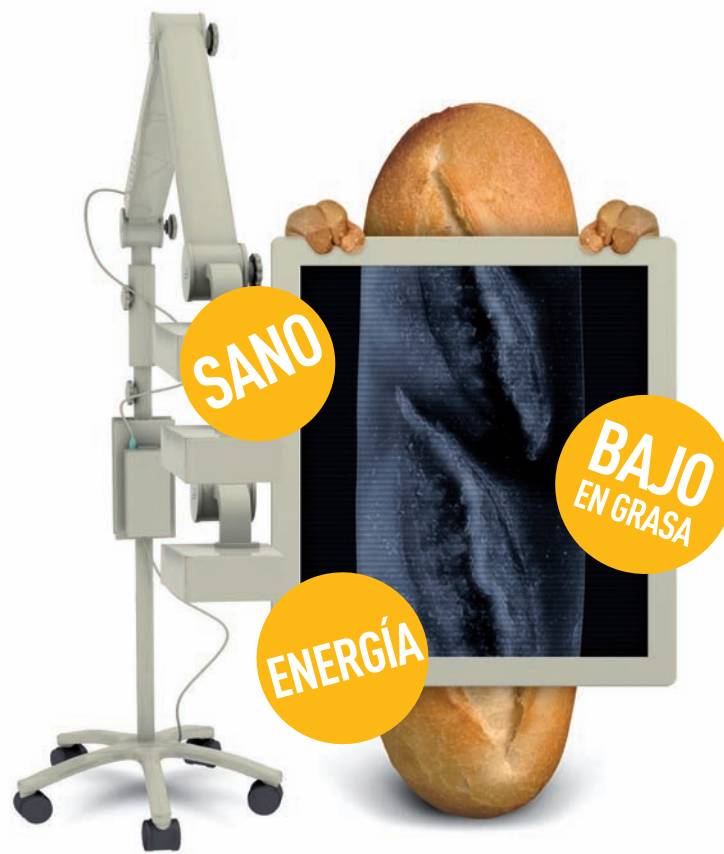
APORTE ENERGÉTICO DE LOS MONTADITOS:



Como el gráfico indica, con 100 Montaditos puedes seguir una dieta sana y equilibrada, con un perfil calórico de calidad.



AMPLÍA LA INFORMACIÓN NUTRICIONAL CAPTURANDO ESTE CÓDIGO.



EL MONTADITO 300CS ES EL INGREDIENTE ESTRELLA DE 100 MONTADITOS

Aprovechando las propiedades y beneficios del pan, hemos creado 100 tipos de montaditos con las mejores combinaciones de ingredientes para que puedas seguir una dieta equilibrada y variada.



¡SÍGUENOS!   



VALORACIÓN NUTRICIONAL

MONTADITOS 3000

	Kcal	Hidratos	Proteínas	Grasas
1 Jamón ibérico con aceite de oliva	154	23,90	7,96	2,96
2 Caña de lomo	142	23,83	9,10	1,08
3 Chorizo a la sidra	177	24,12	7,66	5,55
4 Chistorra a la piedra	229	23,98	7,96	11,18
5 Lacón	159	23,78	6,43	4,19
6 Bacón ahumado	170	23,94	8,89	4,83
7 Carne mechada	200	23,87	5,74	8,90
8 Carrillada (carne con tomate)	135	24,04	6,23	1,50
9 Sobrasada ibérica	176	23,78	5,42	6,54
10 Mousse de pato	151	24,22	4,87	3,84
11 Tortilla de patata	189	26,19	6,88	6,24
12 Calamares	163	27,23	7,00	2,90
13 Salmón ahumado	137	23,78	7,16	1,41
14 Atún en aceite	150	23,78	8,65	2,10
15 Queso ibérico	167	23,95	7,56	4,53
16 Queso brie	167	23,78	6,71	5,01
17 Queso azul	150	23,85	6,15	3,26
18 Dulce de leche	164	32,11	4,13	2,07
19 Chocolate con leche	180	30,56	5,08	4,08
20 Chocolate con leche y confitura de frutos rojos	192	33,61	5,10	4,10
21 Jamón ibérico con tomate natural	147	24,25	8,05	1,97
22 Jamón ibérico con salmorejo	154	24,78	8,07	2,50
23 Caña de lomo con tomate natural	135	24,16	7,54	0,86
24 Caña de lomo con queso ibérico	159	23,90	9,16	2,92
25 Chorizo a la sidra con tortilla de patata	215	25,65	8,84	8,48
26 Chorizo a la sidra con queso brie	218	24,06	9,61	9,24
27 Chorizo a la sidra con guacamole y salsa mejicana	184	24,35	7,23	6,33
28 Chistorra a la piedra con pimiento verde	221	24,18	6,97	10,70
29 Chistorra a la piedra con queso ibérico	223	24,01	8,63	10,31
30 Lacón a la gallega	168	23,82	6,45	5,21
31 Lacón con queso azul	193	23,85	8,45	7,05
32 Lacón con mozzarella y pimentón	176	23,98	7,85	5,33
33 MIXTO: lacón con queso brie	211	23,78	9,01	8,80
34 Carne mechada con mojo picón	167	24,09	4,99	4,35
35 Carne mechada con salsa mejicana	160	24,04	5,00	3,53
36 Carne mechada con salsa brava	163	24,24	5,00	3,81
37 Carrillada (carne con tomate) con pimiento verde	158	24,29	6,29	3,96
38 Carrillada (carne con tomate) con queso ibérico	161	24,13	7,94	3,57
39 EL PACHI: calamares y ali-oli	188	27,26	7,07	5,52
40 Pollo asado con salsa César	161	23,89	7,51	3,87
41 Pollo asado con ali-oli	157	23,84	7,45	3,46
42 Pollo asado con salsa mostaza y miel	134	23,79	7,39	0,95
43 Pollo asado con salsa rosa	152	24,62	7,47	2,57
44 Lomo al ajillo con mayonesa	168	24,24	6,30	6,25
45 Lomo al ajillo con salsa mostaza y miel	134	23,96	6,24	2,62
46 Sobrasada con tortilla de patata	224	25,37	7,23	10,39
47 Mousse de pato con confitura de frutos rojos	164	27,27	4,89	3,86
48 Mousse de pato con cebolla crujiente	153	24,36	4,87	4,04



49 Mousse de pato con queso brie

50 Tortilla de patata con ali-oli

51 Tortilla de patata con salsa brava

52 Tortilla de patata con pimiento verde

53 Atún con crema de queso y tomate cherry

54 Salmón ahumado con crema de queso

55 Salmón ahumado con salmorejo

MONTADITOS 3000 CEREALES

56 VEGETAL: lechuga, atún, tomate natural y mayonesa

57 Lacón con salmorejo

58 Gambas con crema de queso

59 Gambas con tomate natural y lechuga

60 Anchoas con tomate natural

61 Pollo asado con salmorejo

62 Atún con tomate natural y lechuga

63 Anchoas con crema de queso

64 Salmón ahumado con lechuga y tomate natural

65 Lacón con tomate cherry y lechuga

66 EL VEGGIE: crema de queso, parmesano rallado, lechuga y tomate natural

MONTADITOS 3000 ARTESANO

67 Jamón ibérico con queso ibérico y aceite de oliva

68 Pollo asado con bacón ahumado, queso ibérico y salsa brava

69 Calamares con salsa brava

70 Calamares con mojo picón

71 Gambas con ali-oli

72 Gambas con crema de queso y piña

73 Atún con lechuga y salsa rosa

74 Atún con anchoas y tomate natural

75 Anchoas con queso ibérico y tomate natural

76 Carne mechada con queso ibérico y pimiento verde

77 Chorizo a la sidra con queso ibérico, cebolla crujiente y ali-oli

78 CUATRO QUESOS: queso ibérico, queso brie, queso azul y crema de queso

79 Bacón ahumado con queso azul y chistorra a la piedra

80 Lomo al ajillo con cebolla crujiente y mojo picón

81 Lomo al ajillo con queso ibérico, pimiento verde y salsa barbacoa

82 Pepito de ternera con pimiento verde

83 Pepito de ternera con queso cheddar y salsa brava

84 Pepito de ternera con queso ibérico y tomate natural

85 Kebab de ternera con pollo asado, cebolla crujiente y salsa kebab

86 Kebab de ternera con cebolla crujiente, salsa kebab y parmesano

MONTADITOS 3000 GOURMET

87 KEBAB: kebab de ternera, lechuga, tomate natural y salsa kebab



88 PIRIPI: lomo al ajillo, queso brie, bacón ahumado, tomate natural y ali-oli

89 SERRANITO: jamón ibérico, lomo al ajillo, queso ibérico, pimiento verde y tomate natural

90 CÉSAR: pollo asado, lechuga, queso ibérico, cebolla crujiente y salsa César

91 CLUB: pollo asado, lechuga, tomate natural y mayonesa

92 MARGARITA: lacón, mozzarella, tomate natural y orégano

93 NAPOLITANA: anchoa, mozzarella, tomate natural y orégano

94 HAWAIANO: pollo asado, piña, lechuga y salsa rosa

95 BARBACOA: pollo asado, bacón ahumado, queso cheddar, cebolla crujiente y salsa barbacoa

96 TACO MEJICANO: pollo asado, kebab de ternera y salsa mejicana

97 BURGUER: hamburguesa, lechuga, cebolla crujiente, ketchup y mostaza

98 BURGUER BACÓN: hamburguesa, bacón ahumado, queso cheddar, ketchup y mostaza

99 HOT DOG: salchicha, cebolla crujiente, ketchup y mostaza

100 HOT DOG BACÓN: salchicha, bacón ahumado, queso cheddar, ketchup y mostaza

ENSALADAS (ración tipo para 2 personas)

CÉSAR Mix de lechuga, pollo asado, picatostes, parmesano y salsa César

DEL CHEF Mix de lechuga, pollo asado, jamón cocido, queso, tomates cherry y salsa rosa

MEDITERRÁNEA Mix de lechuga, tomate cherry, atún, aceitunas verdes, anchoas y vinagreta

DE SALMÓN Mix de lechuga, tomate cherry, salmón, gambas, cebolla crujiente y vinagreta

TROPICAL Mix de lechuga, pollo asado, piña, tomate cherry y salsa rosa

PARA PICAR (ración tipo para 4 personas)

Aceitunas manzanilla

Aceitunas de la abuela

Cartucho de patatas fritas chips

Nachos: 3 salsas

Nachos: cheddar, mozzarella y bacón

Patatas fritas: cuatro salsas

Patatas fritas: cheddar, bacón y mozzarella