



# Caterguai



## 3.2. ¡Despierta!

### ESCOLAPIAS VALENCIA

### ABRIL 2024

#### Lunes

#### Martes

#### Miércoles

#### Jueves

#### Viernes

**1** ● ● ● ●

PASCUA

**2** ● ● ● ●

PASCUA

**3** ● ● ● ●

PASCUA

**4** ● ● ● ●

PASCUA

**5** ● ● ● ●

PASCUA

**8** ● ● ● ●

SAN VICENTE

**9** 802 99 35 26

Ensalada.  
1º. Espaguetis con atún y queso.  
2º. Merluza doré con verduras.  
Fruta de temporada.

Sémola de arroz con caldo de pescado. Pizza de atún y tomate. Fruta de temporada

**10** 712 82 33 24

Ensalada.  
1º. Sopa de verduras.  
2º. Hamburguesa con patatas  
Fruta de temporada.

Ensalada con piña y pasas. Brochetas de pescado. Lácteo.

**11** 778 85 35 24

Ensalada.  
1º. Potaje de garbanzos con verduras.  
2º. Lomo adobado con guarnición.  
Lácteo.

Crema de calabacín. chuletas de cordero. Lácteo.

**12** 656 72 33 25

Ensalada.  
1º. Crema de verduras  
2º. Longanizas con tomate.  
Fruta de temporada.

Puré mediterráneo. Tortilla de ajos tiernos. Fruta.

**15** 809 104 34 27

Ensalada.  
1º. Macarrones a la carbonara.  
2º. Panaché de fiambre  
Fruta de temporada.

Pescado al horno. Fruta de temporada.

**16** 702 78 37 23

Ensalada.  
1º. Sopa de pescado.  
2º. Lomo con verduras.  
Fruta de temporada.

Champiñones salteados Hamburguesa de ternera. Fruta.

**17** 786 78 36 23

Ensalada.  
1º. Hervido valenciano.  
2º. Hamburguesa con guarnición.  
Fruta de temporada.

Sopa Juliana. Filete de pavo. Fruta de temporada.

**18** 805 99 36 24

Ensalada.  
1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo.  
2º. Merluza doré con guarnición.  
Lácteo.

Ensalada con piña y pasas. Brochetas de pescado. Lácteo.

**19** 758 79 35 23

Ensalada.  
1º. Lentejas con verduras.  
2º. Tortilla a la francesa con queso.  
Fruta de temporada.

Peix al forn. Fruta de temporada.

**22** 802 99 35 26

Ensalada.  
1º. Espirales con atún, tomate y queso.  
2º Merluza doré con verduras.  
Fruta de temporada.

Salteado de boletus, verduras i ceba. Pescado azul al papillote. Fruta de temporada.

**23** 819 109 37 26

1º. Sopa de puchero.  
2º. Puchero.  
Fruta de temporada.

Ensalada especial completa. Ternera a la plancha. Fruta.

**24** 781 89 36 26

Ensalada.  
1º. Potaje de garbanzos con verduras.  
2º. Longanizas con tomate.  
Lácteo.

Salteado de boletus Cordero al horno. Fruta.

**25** 802 87 35 24

Ensalada.  
1º. Arroz a la milanesa.  
2º. Tortilla de patatas.  
Fruta de temporada.

Pescado al horno con verduras. Fruta de temporada.

**26** 671 76 35 23

Ensalada.  
1º. Crema de zanahoria y calabaza  
2º. Hamburguesa con queso.  
Fruta de temporada.

Pescado al horno Fruta de temporada.

**29** 763 99 36 25

Ensalada.  
1º. Fideuà de pescado.  
2º. Jamón york y queso  
Fruta de temporada.

Cordero al horno. Lácteo.

**30** 816 104 36 25

1º. Ensalada especial completa.  
2º. Arroz al horno.  
Fruta de temporada.

Champiñones salteados. Hamburguesa de ternera. Fruta.

**31** ● ● ● ●

**32** ● ● ● ●

**33** ● ● ● ●

Part inferior: Propostes per al sopar.

eixgràfic 46293116

• Todos los menús son elaborados bajo supervisión y seguimiento del departamento de dietética de Caterguai, S.L. • Por causas de fuerza mayor Caterguai s.l. se reserva el derecho de realizar cambios en el menú.  
 • Los colorantes que contienen algunos platos son E-102 y E-129. Estos colorantes pueden tener efectos negativos sobre la atención y la actividad de los niños. **Los menús van acompañados de 20 gr. de pan.**





# Caterguai



## 32. 1. ¡Despierta!

ESCOLAPIAS VALENCIA

ABRIL 2024

A. PROTE VACA, LACTOSA Y SOJA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**1** ● ● ● ●

PASCUA

**2** ● ● ● ●

PASCUA

**3** ● ● ● ●

PASCUA

**4** ● ● ● ●

PASCUA

**5** ● ● ● ●

PASCUA

**8** ● ● ● ●

SAN VICENTE

**9** 802 99 35 26

Ensalada.  
1º. Espaguetis con atún.  
2º. Merluza con verduras.  
Fruta de temporada.

**10** 712 82 33 24

Ensalada.  
1º. Sopa de verduras.  
2º. Hamburguesa de cerdo con patatas  
Fruta de temporada.

**11** 778 85 35 24

Ensalada.  
1º. Potaje de garbanzos con verduras.  
2º. Carne a la plancha.  
Lácteo vegetal.

**12** 656 72 33 25

Ensalada.  
1º. Crema de verduras  
2º. Longanizas con verduras.  
Fruta de temporada.

**15** 809 104 34 27

Ensalada.  
1º. Macarrones con carne  
2º. Carne a la plancha.  
Fruta de temporada.

**16** 702 78 37 23

Ensalada.  
1º. Sopa de pescado.  
2º. Lomo con verduras.  
Fruta de temporada.

**17** 786 78 36 23

Ensalada.  
1º. Hervido valenciano.  
2º. Hamburguesade cerdo con guarnición.  
Fruta de temporada.

**18** 805 99 36 24

Ensalada.  
1º. Arroz con huevo.  
2º. Merluza con guarnición.  
Lácteo vegetal.

**19** 758 79 35 23

Ensalada.  
1º. Lentejas con verduras.  
2º. Tortilla a la francesa.  
Fruta de temporada.

**22** 802 99 35 26

Ensalada.  
1º. Espirales con atún.  
2º Merluza con verduras.  
Fruta de temporada.

**23** 819 109 37 26

1º. Sopa de puchero.  
2º. Puchero.  
Fruta de temporada.

**24** 781 89 36 26

Ensalada.  
1º. Potaje de garbanzos con verduras.  
2º. Longanizas con verduras.  
Lácteo vegetal

**25** 802 87 35 24

Ensalada.  
1º. Arroz a la milanesa.  
2º. Tortilla de patatas.  
Fruta de temporada.

**26** 671 76 35 23

Ensalada.  
1º. Crema de zanahoria y calabaza  
2º. Hamburguesa a la plancha.  
Fruta de temporada.

**29** 763 99 36 25

Ensalada.  
1º. Fideuà de pescado.  
2º. Carne a la plancha.  
Fruta de temporada.

**30** 816 104 36 25

1º. Ensalada especial completa.  
2º. Arroz al horno.  
Fruta de temporada.

**31** ● ● ● ●

**32** ● ● ● ●

**33** ● ● ● ●

• Todos los menús son elaborados bajo supervisión y seguimiento del departamento de dietética de Caterguai, S.L. • Por causas de fuerza mayor Caterguai s.l. se reserva el derecho de realizar cambios en el menú.  
• Los colorantes que contienen algunos platos son E-102 y E-129. Estos colorantes pueden tener efectos negativos sobre la atención y la actividad de los niños. **Los menús van acompañados de 20 gr. de pan.**



Part inferior: Proposites per al sopar.

airgràfic



# Caterguai



## 3.2. ¡Despierta!

ESCOLAPIAS VALENCIA

ABRIL 2024

CELIACO SIN LEGUMBRES

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>1</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>2</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>3</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>4</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>5</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>
<p><b>8</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>SAN VICENTE</p>	<p><b>9</b> <span style="float: right;">802 99 35 26</span></p> <p>Ensalada. 1º. Espaguetis de maíz con atún y queso. 2º. Merluza con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>10</b> <span style="float: right;">712 82 33 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Sopa de verduras. 2º. Hamburguesa con patatas Fruta de temporada.</p>	<p><b>11</b> <span style="float: right;">778 85 35 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Hervido valenciano. 2º. Lomo adobado con guarnición. Lácteo.</p>	<p><b>12</b> <span style="float: right;">656 72 33 25</span></p> <p>Ensalada. 1º. Crema de verduras 2º. Longanizas con tomate. Fruta de temporada.</p>
<p><b>15</b> <span style="float: right;">809 104 34 27</span></p> <p>Ensalada. 1º. Macarrones de maíz a la carbonara. 2º. Panaché de fiambre Fruta de temporada.</p>	<p><b>16</b> <span style="float: right;">702 78 37 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Sopa de pescado. 2º. Lomo con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>17</b> <span style="float: right;">786 78 36 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Hervido valenciano. 2º. Hamburguesa con guarnición. Fruta de temporada.</p>	<p><b>18</b> <span style="float: right;">805 99 36 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo. 2º. Merluza con guarnición. Lácteo.</p>	<p><b>19</b> <span style="float: right;">758 79 35 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Sopa de verduras. 2º. Tortilla a la francesa con queso. Fruta de temporada.</p>
<p><b>22</b> <span style="float: right;">802 99 35 26</span></p> <p>Ensalada. 1º. Espirales de maíz con atún, tomate y queso. 2º Merluza con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>23</b> <span style="float: right;">819 109 37 26</span></p> <p>1º. Sopa de puchero. 2º. Puchero. Fruta de temporada.</p>	<p><b>24</b> <span style="float: right;">781 89 36 26</span></p> <p>Ensalada. 1º. Sopa de verduras. 2º. Longanizas con tomate. Lácteo.</p>	<p><b>25</b> <span style="float: right;">802 87 35 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Arroz a la milanesa. 2º. Tortilla de patatas. Fruta de temporada.</p>	<p><b>26</b> <span style="float: right;">671 76 35 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Crema de zanahoria y calabaza 2º. Hamburguesa con queso. Fruta de temporada.</p>
<p><b>29</b> <span style="float: right;">763 99 36 25</span></p> <p>Ensalada. 1º. Fideuà (fideos de arroz) de pescado. 2º. Jamón york y queso Fruta de temporada.</p>	<p><b>30</b> <span style="float: right;">816 104 36 25</span></p> <p>1º. Ensalada especial completa. 2º. Arroz al horno. Fruta de temporada.</p>	<p><b>31</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p>	<p><b>31</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p>	<p><b>31</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p>

Part inferior: Propuestas per al sopar.

• Todos los menús son elaborados bajo supervisión y seguimiento del departamento de dietética de Caterguai, S.L. • Por causas de fuerza mayor Caterguai s.l. se reserva el derecho de realizar cambios en el menú.  
• Los colorantes que contienen algunos platos son E-102 y E-129. Estos colorantes pueden tener efectos negativos sobre la atención y la actividad de los niños. **Los menús van acompañados de 20 gr. de pan.**



eixgràfic 665013136



# Caterguai



## 3.2. ¡Despierta!

ESCOLAPIAS VALENCIA

ABRIL 2024

INFANTIL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>1</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>2</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>3</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>4</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>5</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>
<p><b>8</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p> <p>SAN VICENTE</p>	<p><b>9</b> <span style="float:right">802 99 35 26</span></p> <p>1º. Pasta con atún y queso. 2º. Merluza doré con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>10</b> <span style="float:right">712 82 33 24</span></p> <p>1º. Sopa de verduras. 2º. Hamburguesa con patatas Fruta de temporada.</p>	<p><b>11</b> <span style="float:right">778 85 35 24</span></p> <p>1º. Puré de legumbres. 2º. Lomo adobado con guarnición. Lácteo.</p>	<p><b>12</b> <span style="float:right">656 72 33 25</span></p> <p>1º. Crema de verduras 2º. Longanizas con tomate. Fruta de temporada.</p>
<p><b>15</b> <span style="float:right">809 104 34 27</span></p> <p>1º. Macarrones a la carbonara. 2º. Panaché de fiambre Fruta de temporada.</p>	<p><b>16</b> <span style="float:right">702 78 37 23</span></p> <p>1º. Sopa de pescado. 2º. Lomo con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>17</b> <span style="float:right">786 78 36 23</span></p> <p>1º. Crema de verduras. 2º. Hamburguesa con guarnición. Fruta de temporada.</p>	<p><b>18</b> <span style="float:right">805 99 36 24</span></p> <p>1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo. 2º. Merluza doré con guarnición. Lácteo.</p>	<p><b>19</b> <span style="float:right">758 79 35 23</span></p> <p>1º. Puré de legumbres 2º. Tortilla a la francesa con queso. Fruta de temporada.</p>
<p><b>22</b> <span style="float:right">802 99 35 26</span></p> <p>1º. Espirales con atún, tomate y queso. 2º Merluza doré con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>23</b> <span style="float:right">819 109 37 26</span></p> <p>1º. Sopa de puchero. 2º. Puchero. Fruta de temporada.</p>	<p><b>24</b> <span style="float:right">781 89 36 26</span></p> <p>1º. Puré de garbanzos. 2º. Longanizas con tomate. Lácteo.</p>	<p><b>25</b> <span style="float:right">802 87 35 24</span></p> <p>1º. Arroz a la milanesa. 2º. Tortilla de patatas. Fruta de temporada.</p>	<p><b>26</b> <span style="float:right">671 76 35 23</span></p> <p>1º. Crema de zanahoria y calabaza 2º. Hamburguesa con queso. Fruta de temporada.</p>
<p><b>29</b> <span style="float:right">763 99 36 25</span></p> <p>1º. Fideuà de pescado. 2º. Jamón york y queso Fruta de temporada.</p>	<p><b>30</b> <span style="float:right">816 104 36 25</span></p> <p>1º. Arroz al horno. 2º. Queso fresco. Fruta de temporada.</p>	<p><b>31</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p>	<p><b>32</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p>	<p><b>33</b> <span style="float:right">● ● ● ●</span></p>

Part inferior: Propostes per al sopar.

• Todos los menús son elaborados bajo supervisión y seguimiento del departamento de dietética de Caterguai, S.L. • Por causas de fuerza mayor Caterguai s.l. se reserva el derecho de realizar cambios en el menú.  
• Los colorantes que contienen algunos platos son E-102 y E-129. Estos colorantes pueden tener efectos negativos sobre la atención y la actividad de los niños. **Los menús van acompañados de 20 gr. de pan.**



© eixgràfic 60561316



# Caterguai



## 3.2. ¡Despierta!

### ESCOLAPIAS VALENCIA

### PROTE VACA Y HUEVO

### ABRIL 2024

#### Lunes

#### Martes

#### Miércoles

#### Jueves

#### Viernes

**1** ● ● ● ●

PASCUA

**2** ● ● ● ●

PASCUA

**3** ● ● ● ●

PASCUA

**4** ● ● ● ●

PASCUA

**5** ● ● ● ●

PASCUA

**8** ● ● ● ●

SAN VICENTE

**9** 802 99 35 26

Ensalada.  
1º. Espaguetis con atún.  
2º. Merluza con verduras.  
Fruta de temporada.

**10** 712 82 33 24

Ensalada.  
1º. Sopa de verduras.  
2º. Hamburguesa de cerdo con patatas  
Fruta de temporada.

**11** 778 85 35 24

Ensalada.  
1º. Potaje de garbanzos con verduras.  
2º. Lomo adobado con guarnición.  
Lácteo vegetal.

**12** 656 72 33 25

Ensalada.  
1º. Crema de verduras  
2º. Longanizas con tomate.  
Fruta de temporada.

**15** 809 104 34 27

Ensalada.  
1º. Macarrones con tomate.  
2º. Carne de cerdo a la plancha.  
Fruta de temporada.

**16** 702 78 37 23

Ensalada.  
1º. Sopa de pescado.  
2º. Lomo con verduras.  
Fruta de temporada.

**17** 786 78 36 23

Ensalada.  
1º. Hervido valenciano.  
2º. Hamburguesa de cerdo con guarnición.  
Fruta de temporada.

**18** 805 99 36 24

Ensalada.  
1º. Arroz con tomate.  
2º. Merluza con guarnición.  
Lácteo vegetal.

**19** 758 79 35 23

Ensalada.  
1º. Lentejas con verduras.  
2º. Carne a la plancha.  
Fruta de temporada.

**22** 802 99 35 26

Ensalada.  
1º. Espirales con atún y tomate.  
2º Merluza con verduras.  
Fruta de temporada.

**23** 819 109 37 26

1º. Sopa de puchero de verduras.  
2º. Puchero de verduras.  
Fruta de temporada.

**24** 781 89 36 26

Ensalada.  
1º. Potaje de garbanzos con verduras.  
2º. Longanizas con tomate.  
Lácteo vegetal

**25** 802 87 35 24

Ensalada.  
1º. Arroz a la milanesa.  
2º. Pescado a la plancha.  
Fruta de temporada.

**26** 671 76 35 23

Ensalada.  
1º. Crema de zanahoria y calabaza  
2º. Hamburguesa de cerdo a la plancha.  
Fruta de temporada.

**29** 763 99 36 25

Ensalada.  
1º. Fideuà de pescado.  
2º. Carne de cerdo a la plancha.  
Fruta de temporada.

**30** 816 104 36 25

1º. Ensalada especial completa.  
2º. Arroz al horno.  
Fruta de temporada.

**31** ● ● ● ●

**32** ● ● ● ●

**33** ● ● ● ●

Part inferior: Propostes per al sopar.

eixgràfic 06561113 6

• Todos los menús son elaborados bajo supervisión y seguimiento del departamento de dietética de Caterguai, S.L. • Por causas de fuerza mayor Caterguai s.l. se reserva el derecho de realizar cambios en el menú.  
• Los colorantes que contienen algunos platos son E-102 y E-129. Estos colorantes pueden tener efectos negativos sobre la atención y la actividad de los niños. **Los menús van acompañados de 20 gr. de pan.**





# Caterguai



## 32. ¡Despierta!

ESCOLAPIAS VALENCIA

ABRIL 2024

SIN LACTOSA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>1</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>2</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>3</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>4</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>	<p><b>5</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>PASCUA</p>
<p><b>8</b> <span style="float: right;">● ● ● ●</span></p> <p>SAN VICENTE</p>	<p><b>9</b> <span style="float: right;">802 99 35 26</span></p> <p>Ensalada. 1º. Espaguetis con atún. 2º. Merluza con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>10</b> <span style="float: right;">712 82 33 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Sopa de verduras. 2º. Hamburguesa con patatas Fruta de temporada.</p>	<p><b>11</b> <span style="float: right;">778 85 35 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Potaje de garbanzos con verduras. 2º. Lomo adobado con guarnición. Lácteo vegetal.</p>	<p><b>12</b> <span style="float: right;">656 72 33 25</span></p> <p>Ensalada. 1º. Crema de verduras 2º. Longanizas con tomate. Fruta de temporada.</p>
<p><b>15</b> <span style="float: right;">809 104 34 27</span></p> <p>Ensalada. 1º. Macarrones con tomate. 2º. Carne a la plancha. Fruta de temporada.</p>	<p><b>16</b> <span style="float: right;">702 78 37 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Sopa de pescado. 2º. Lomo con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>17</b> <span style="float: right;">786 78 36 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Hervido valenciano. 2º. Hamburguesa con guarnición. Fruta de temporada.</p>	<p><b>18</b> <span style="float: right;">805 99 36 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo. 2º. Merluza con guarnición. Lácteo vegetal.</p>	<p><b>19</b> <span style="float: right;">758 79 35 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Lentejas con verduras. 2º. Tortilla a la francesa. Fruta de temporada.</p>
<p><b>22</b> <span style="float: right;">802 99 35 26</span></p> <p>Ensalada. 1º. Espirales con atún y tomate. 2º. Merluza con verduras. Fruta de temporada.</p>	<p><b>23</b> <span style="float: right;">819 109 37 26</span></p> <p>1º. Sopa de puchero. 2º. Puchero. Fruta de temporada.</p>	<p><b>24</b> <span style="float: right;">781 89 36 26</span></p> <p>Ensalada. 1º. Potaje de garbanzos con verduras. 2º. Longanizas con tomate. Lácteo vegetal</p>	<p><b>25</b> <span style="float: right;">802 87 35 24</span></p> <p>Ensalada. 1º. Arroz a la milanesa. 2º. Tortilla de patatas. Fruta de temporada.</p>	<p><b>26</b> <span style="float: right;">671 76 35 23</span></p> <p>Ensalada. 1º. Crema de zanahoria y calabaza 2º. Hamburguesa a la plancha. Fruta de temporada.</p>
<p><b>29</b> <span style="float: right;">763 99 36 25</span></p> <p>Ensalada. 1º. Fideuà de pescado. 2º. Carne a la plancha. Fruta de temporada.</p>	<p><b>30</b> <span style="float: right;">816 104 36 25</span></p> <p>1º. Ensalada especial completa. 2º. Arroz al horno. Fruta de temporada.</p>	<p><span style="float: right;">● ● ● ●</span></p>	<p><span style="float: right;">● ● ● ●</span></p>	<p><span style="float: right;">● ● ● ●</span></p>

Part inferior: Propostes per al sopar.

• Todos los menús son elaborados bajo supervisión y seguimiento del departamento de dietética de Caterguai, S.L. • Por causas de fuerza mayor Caterguai s.l. se reserva el derecho de realizar cambios en el menú.  
• Los colorantes que contienen algunos platos son E-102 y E-129. Estos colorantes pueden tener efectos negativos sobre la atención y la actividad de los niños. **Los menús van acompañados de 20 gr. de pan.**



ISO 9001:2015  
LL-C (Certification)

eixgràfic 656013136