COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

Col·legi: **LYCÉE ALICANTE** Menú: **NOVIEMBRE**

COMEDORES LEVANTINOS ISABEL S.L.U. www. colevisa.com
Avda. 1º de Mayo (esq. C/ Bailén) - 46100 BURJASSOT (Valencia)
Tel. 96 316 91 06 - e-mail: colevisa@colevisa.com

DIABÉTICA 4R
Pasta, Arroz, Patata y Legumbres 2R / Verduras 0,5R
Fruta o Yogur 0,5R o 1R / Pan 0,5

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar	**2** FESTIVO	**3** Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras (100g 2R) Merluza al horno con verduras Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**4** Hummus de garbanzos (50g 0,5R) Arroz de verduras (100g 2,5R) Pollo al horno con verduras Fruta (1R)	**5** Ensalada fresca de temporada Caracolas en salsa de queso (90g 2R) Abadejo al pimentón con brócoli Yogur (0,5 R) Pan (30g 1,5R)	**6** Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras (100g 2R) Costillas a la BBQ con patatas (a. 35g 1R) Fruta (1R)
Comida / Dinar	**9** Ensalada fresca de temporada Crema de lentejas rojas y manzana (100g 2R) Magro** con verduras Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**10** Ensalada fresca de temporada Espaguetis integrales con tomate (90g 2R) Tortilla calabacin con queso Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**11** Ensalada fresca de temporada Arroz de calabaza y setas (80g 2R) Pescado al horno Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**12** Ensalada fresca de temporada Sopa de pescado (90g 2R) Lomo a la plancha con patatas panadera (35g 1R) Yogur (0,5 R) Pan (10g 0,5R)	**13** Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras (100g 2R) Hamburguesa plancha con pisto Fruta (1R) Pan (20g 1R)
Comida / Dinar	**16** Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras (100g 2R) Pavo en salsa permitida con arroz blanco (40g 1R) Fruta (1R)	**17** Ensalada fresca de temporada Fideuà (90g 2R) Quesadilla (20g 1R) vegetal Fruta (1R)	**18** Ensalada fresca de temporada Sopa de ave (90g 2R) Pollo al horno con verduras Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**19** Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras (100g 2R) Albóndigas en salsa Yogur (0,5 R) Pan (30g 1,5R)	**20** Dip de remolacha** con pan (20g 1R) Arroz de magro (80g 2R) Pechuga plancha con zanahoira Fruta (1R)
Comida / Dinar	**23** Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales con a la italiana (90g 2R) Merluza a la plancha en salsa mery Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**24** Ensalada fresca de temporada Crema de calabaza (sin patata) Pizza (80g 2R) Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**25** Ensalada fresca de temporada Sopa de ave (90g 2R) Pollo con verduras Fruta (1R) Pan (20g 1R)	**26** Ensalada fresca de temporada Paella valenciana (80g 2R) Bacalao al horno con tomate Yogur (0,5 R) Pan (30g 1,5R)	**27** Ensalada fresca de temporada Ensalada permitida de pollo Pasta con boloñesa permitida (135g 2R) Fruta (1R) Pan (20g 1R)
Comida / Dinar	**30** Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales con salsa de calabaza (135g 2R) Abadejo al horno con zanahoria Fruta (1R) Pan (20g 1R)				



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) Nº 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.