

HIPOCALÓRICA
Legumbres - 150g; Pan/tosta - 20g;
Pasta/arroz - 120g; Tortilla - 1 porción;
Guarniciones HC - 30g; Sopa - 90g

LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
2 Ensalada fresca de temporada Espirales italiana Merluza a la plancha con judías verdes Fruta	3 Ensalada fresca de temporada Crema de guisantes Ragout de ternera Fruta	4 Ensalada fresca de temporada Arroz de verduras de invierno Tortilla francesa con tosta de pisto Fruta	5 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Pollo al horno con patatas Yogur	6 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con arroz Fruta
9 Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Tortilla francesa con verduras asadas Fruta	10 Ensalada fresca de temporada Caracolas con salsa de calabaza y queso Merluza al horno con verduras Fruta	11 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cocido permitido (pollo con verduras y garbanzos) Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Arroz al horno vegetal Abadejo al horno con brócoli Yogur	13 Ensalada fresca de temporada Crema de alubias y verduras Pechuga a la plancha con patatas Fruta
16	17	18	19	20
23 Ensalada fresca de temporada Tallarines tomate y champiñones Tortilla de queso con tirabeques Fruta	24 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Lomo plancha con patatas Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao horno con zanahoria Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Paella de pollo Merluza al ajillo Yogur	27 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Lomo a la plancha con cous cous Fruta
Comida / Dinar	Comida / Dinar	Comida / Dinar	Comida / Dinar	Comida / Dinar



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

Complint amb el Reglament (UE) N° 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.