

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
Comida / Dinar					
Comida / Dinar			7 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales con boloñesa vegetal Merluza al horno con brócoli Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Lomo a la plancha con arroz integral Yogur	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla francesa con pisto Fruta
Comida / Dinar	12 Ensalada fresca de temporada Crema de alubias y coliflor Pollo al horno con patatas vapor Fruta	13 Ensalada fresca de temporada Fideuà de verduras, setas y soja Pescado horno Fruta	14 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Lomo a la plancha con caracolas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Merluza a la plancha con alcachofas Yogur	16 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido Atún al horno con patatas Fruta
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Pasta con tomate y verduras Abadejo al horno con verduras Fruta	20 Ensalada fresca de temporada Olleta ilicitana vegetal Tortilla de queso con tirabeque Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Menestra de verduras Merluza a la gallega Fruta	22 Ensalada fresca de temporada Arroz con acelgas vegetal Merluza al horno Yogur	23 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Magro** con verduras Fruta
Comida / Dinar	26 Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Pavo** plancha con patatas Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Espirales napolitana Salmón al horno con zanahoria Fruta	28 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Ternera** con cous cous Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Calamares con tomate Yogur	30 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Pollo a la plancha con habas Fruta



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) 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.