

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				
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
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
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.