

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	3 Ensalada fresca de temporada Guisado de patatas y verduras Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Pollo al horno con champiñón con cebolla Fruta	5 Ensalada fresca de temporada Fideuà de pescado y marisco Tortilla de queso con zanahoria Yogur	6 Ensalada fresca de temporada con fruta Arroz vegetal Salmón al horno con brócoli Fruta	7 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo al horno con patatas Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Hélices a la genovesa vegetal Gallineta a la espalda con verduras Fruta	11 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Burrito vegetal con maíz Yogur	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cocido permitido (pollo con verduras y garbanzos) Fruta	13 Ensalada fresca de temporada Arroz con huevo Pescado horno con guisantes Fruta	14 Ensalada fresca de temporada Crema de calabaza y boniato asados Pavo a la plancha con verduras Fruta
Comida / Dinar	17 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla francesa con tirabeques Fruta	18 Hummus de garbanzos Arroz caldoso de costillas y setas con verduras Bacalao al horno con pimientos Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Chuletas de pavo con arroz blanco Fruta	20 Ensalada fresca de temporada Pasta con tomate y verduras Merluza al horno con verduras Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Sopa de pescado con gambitas Pollo al horno con patatas Yogur
Comida / Dinar	24 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales napolitana Abadejo al horno con judías verdes Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Cous cous completo permitido Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Paella de pollo Verduras asadas Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Sopa con estrellas Pizza permitida Postre permitido	28 Ensalada fresca de temporada Crema de lentejas Albóndigas vegetales en salsa con arroz blanco Fruta
Comida / Dinar					



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.