

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			1 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Pollo al horno con cous cous Fruta	2 Ensalada fresca de temporada con fruta Arroz de secreto con calabaza y setas Merluza al horno con verduras Yogur	3 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Ternera con arroz Fruta
Comida / Dinar	6 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales con tomate y verduras Bacalao al horno con verduras asadas Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Tortilla francesa con brócoli Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Alubias blancas con verduras Pollo al horno con tomate Fruta	9 FESTIVO	10 FESTIVO
Comida / Dinar	13 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Lomo a la plancha con samfaina Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Abadejo al horno con tomate y pimiento Fruta	15 FESTIVO	16 Ensalada fresca de temporada Patatas asadas con taquitos de pavo 120g Pescado horno con brócoli Yogur	17 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido Pizza permitida Fruta
Comida / Dinar	20 Ensalada fresca de temporada Caracolas con calabaza Alitas de pollo horno con mazorca de maíz Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Crema de guisantes Tortilla francesa con brócoli Fruta	22 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Pavo a la plancha con arroz Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Calamares con tomate Arroz vegetal con garbanzos Yogur	24
Comida / Dinar	27	28	29	30	31



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.