

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	2	3 Ensalada fresca de temporada Arroz con verduras Magro plancha con verduras Fruta	4 Ensalada fresca de temporada Ensalada de garbanzos y vegetales Tortilla francesa con salteado campestre Lácteo	5 Tomate y queso fresco Merluza a la plancha Pasta a la napolitana Fruta
Comida / Dinar	8 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Lomo a la plancha con pisto Fruta	9 Ensalada fresca de temporada Arroz vegetal Tortilla francesa con maíz salteado Fruta	10 Gazpacho de sandia Ensalada de pasta tricolor con vegetales Salmón al horno con tirabeques Fruta	11 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con pimientos asados Lácteo	12 Hummus de garbanzos Ensalada de patatas, vegetales, atún y huevo Fideuà de pescado y marisco Fruta
Comida / Dinar	15 Ensalada fresca de temporada Espaguetis integrales con verduras Abadejo al horno con guisantes Fruta	16 Salmorejo (sin pan) Ensalada de patatas, vegetales, atún y huevo Hamburguesa de pollo plancha con patata al horno Fruta	17 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido Lomo a la plancha con berenjena a la plancha Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Tortilla de queso con zanahoria Lácteo	19 Chupito de melón Wrap de verduras Paella alicantina Postre especial permitido
Comida / Dinar	22 Ensalada fresca de temporada Hervido valenciano Ragout de magro con cous cous Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Macarrones a la italiana Merluza a la plancha con judías verdes Fruta	24 Hummus de garbanzos Crema de calabaza Pizza permitida Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Merluza al horno con verduras Lácteo	26 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Goulash de ternera con patatas Fruta
Comida / Dinar	29 Ensalada fresca de temporada Vichyssoise Pavo a la plancha con patatas Fruta	30 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de atún con pimiento rojo asado 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.