

HYPOCALORIQUE Légumineuses -  
150g ; Pain/pain grillé - 20g ;  
Pâtes/riz - 120g ; Omelette - 1  
portion ; Garnitures HC - 30g ; Soupe -  
90g

|                | LUNES / DILLUNS  | MARTES / DIMARTS  | MIÉRCOLES / DIMECRES  | JUEVES / DIJOUS  | VIERNES / DIVENDRES  |
|----------------|--|---|---|--|--|
| Comida / Dinar |  |   |   | 1<br>FESTIVO   | 2<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Chou-fleur gratiné<br>Omelette avec légumes<br>Fruit                        |
| Comida / Dinar | 5<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Crème de légumes<br>Ragoût de porc maigre avec couscous<br>Fruit / Produit laitier écrémé     | 6<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Haricots verts à l'oignon<br>Merlu en sauce avec asperges<br>Fruit           | 7<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Légumes sautés<br>Viande grillée avec légumes<br>Fruit                 | 8<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Riz aux légumes<br>Saint-Pierre avec brocoli<br>Fruit / Produit laitier écrémé                          | 9<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Épinards gratinés<br>Dinde aux fines herbes avec poivron<br>Fruit           |
| Comida / Dinar | 12<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Purée de légumes<br>Merlan grillé avec jardinière<br>Fruit / Produit laitier écrémé          | 13<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Aubergine assaisonnée<br>Omelette de pommes de terre avec carottes<br>Fruit | 14<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Couscous complet (légumes et poulet)<br>Fruit                         | 15<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Fèves aux jambon<br>Poulet grillé avec légumes<br>Fruit / Produit laitier écrémé                       | 16<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Brocolis gratinés<br>Saumon grillé avec courgettes<br>Fruit                |
| Comida / Dinar | 19<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Légumes grillés<br>Viande blanche avec légumes<br>Fruit / Produit laitier écrémé             | 20<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Riz aux légumes<br>Blanc de poulet aux champignons<br>Fruit                 | 21<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Crème festival de légumineuses<br>Pizza autorisée<br>Fruit            | 22<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Légumes bouillis<br>Morue au four avec petits pois<br>Fruit / Produit laitier écrémé                   | 23<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Légumes bouillis (blettes)<br>Haut de cuisse aux poivrons grillés<br>Fruit |
| Comida / Dinar | 26<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Crème de légumes<br>Saumon au four avec légumes façon thaï<br>Fruit / Produit laitier écrémé | 27<br>Houmous de pois chiches<br>Jardinière de légumes<br>Merlu en sauce<br>Fruit                                       | 28<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Poivrons italiens grillés<br>Poulet rôti avec légumes sautés<br>Fruit | 29<br>Salade uniquement de légumes frais<br>Lentilles aux légumes<br>Omelette de courgettes avec pois mange-tout<br>Fruit / Produit laitier écrémé | 30<br>Courgette épicée<br>Paella de légumes avec haricots « garrofó »<br>Blanc de poulet grillé<br>Fruit               |



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.