

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 Guacamole Arroz tres delicias 120 gr Bacalao al horno con verduras asadas Fruta	2 Ensalada solo verduras frescas Sopa de ave 100g Pavo con pimientos Fruta	3 Gazpacho permitido Ensalada de pasta 120 gr Tortilla de patatas (porción pequeña) con queso fresco Fruta / Lácteo desnatado	4 Ensalada solo verduras frescas Lentejas con verduras P/ECO 150g Ternera con arroz Fruta
Comida / Dinar	7 Tomate y queso servilleta Crema de guisantes 120g Carne blanca plancha con pisto Fruta / Lácteo desnatado	8 Ensalada solo verduras frescas Patatas asadas con taquitos de pavo 120g Merluza en salsa permitida con guisantes Fruta	9 FESTIVO	10 Ensalada solo verduras frescas Macarrones a la italiana 120g Pescado plancha Fruta / Lácteo desnatado	11 Ensalada solo verduras frescas Crema de patata y puerros Crepe permitido Postre permitido
Comida / Dinar	14 Crema fría permitida Arroz a la cubana 120g Pescado a la plancha Fruta / Lácteo desnatado	15 FESTIVO	16 Ensalada permitida ECO Sopa de cocido (sin embutidos) 100g Alitas de pollo horno con mazorca de maíz Fruta	17 Ensalada solo verduras frescas Lentejas a la jardinera P/ECO 150g Pizza ingredientes permitidos Fruta / Lácteo desnatado	18 Ensalada solo verduras frescas Crema de verduras Pollo al horno con patatas 40g Fruta
Comida / Dinar	21 Ensalada permitida ECO Crema de legumbres permitidas Pavo en salsa permitida con cous cous Fruta / Lácteo desnatado	22 Ensalada solo verduras frescas Arroz a banda Tortilla francesa con brócoli Fruta	23 FESTIVO	24 FESTIVO	25 FESTIVO
Comida / Dinar	28 FESTIVO	29 FESTIVO	30 FESTIVO	31 FESTIVO	



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.