

DÉCEMBRE 2023
MENU SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:

Poire, Pomme, Banane, Kaki
et Tangerine

PRODUITS LAITIERS:

Smoothies maison, yaourt
valencien naturel, yaourt
artisanal, assortiment de fromages

VALEUR DIFFÉRENCIANTE



ALÉRGENOS



Avda. 1^{er} de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Nous avons des menus adaptés à l'âge des enfants, aux régimes alimentaires, aux allergies, à la maladie coeliaque, etc. L'évaluation nutritionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos menus sont préparés conformément à la réglementation du BOIB RD 39/2019 du 17 mai sur la promotion du régime méditerranéen dans les centres éducatifs et de santé des îles Baléares.

Des informations sur les allergènes sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Un plan complet sera distribué tous les jours, sauf le jour où il sera blanc.

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

Entrant	KCAL
Premier	PROT
Deuxième	CA
Dessert	FE
Dîner	HDC
	LIP

DICIEMBRE 2023
MENÚ SECUNDARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Pera, Manzana, Banana,
Persimon y Mandarina

OPCIONES DE LÁCTEO:

Batidos caseros, yogur
valenciano natural, yogur
artesano, quesos variados

VALOR DIFERENCIAL



ALÉRGENOS



Avda. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños,
dietas, alergias, celiaquía, etc. La evaluación nutricional se
basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan
de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17
de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea en
los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la
carta y en la dirección del centro. Se dará por íntegro
un todos los días, excepto el jueves que será láctico.

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

DÉCEMBRE 2023
2^a OP SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:

Poire, Pomme, Banane, Kaki
et Tangerine

PRODUITS LAITIERS:

Smoothies maison, yaourt
valencien naturel, yaourt
artisanal, assortiment de fromages

VALEUR DIFFÉRENCIANTE



ALÉRGENOS



Avda. 1^o de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Nous avons des menus adaptés à l'âge des enfants, aux régimes alimentaires, aux allergies, à la maladie coeliaque, etc. L'évaluation nutritionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos menus sont préparés conformément à la réglementation du BOIB RD 39/2019 du 17 mai sur la promotion du régime méditerranéen dans les centres éducatifs et de santé des îles Baléares.

Des informations sur les allergies sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Ce plan complet sera distribué tous les jours, sauf le jour où il sera blanc.

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		483,72
		PROT
		11,01g
Premier	Crème de courgettes	CA
		217,23mg
		FE
		2,73mg
Deuxième	Calamars farinés	HDC
		52,60g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		25,01g
Dîner	Courgettes grillées Viande de volaille /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		747,68
		PROT
		17,05g
Premier	Crème froide de poireaux P/ECO	CA
		230,33mg
		FE
		3,88mg
Deuxième	Fajitas aux légumes	HDC
		123,40g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		21,27g
Dîner	Échalotte et poivron rouge plancha Hamburger de pois chiches /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		464,74
		PROT
		30,00g
Premier	Légumes sautés avec sésame	CA
		214,91mg
		FE
		2,65mg
Deuxième	Merlu à la sauce mery	HDC
		45,08g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		46,21g
Dîner	Brochette de légumes Poisson bleu /Fruit	

Entrant	Férié	KCAL
		PROT
Premier		CA
		FE
Deuxième		HDC
		LIP
Dessert		
Dîner		

Entrant	Férié	KCAL
		PROT
Premier		CA
		FE
Deuxième		HDC
		LIP
Dessert		
Dîner		

Entrant	Férié	KCAL
		PROT
Premier		CA
		FE
Deuxième		HDC
		LIP
Dessert		
Dîner		

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		707,44
		PROT
		24,86g
Premier	Wok de légumes, légumineuses et riz	CA
		247,86mg
		FE
		5,19mg
Deuxième	Maquereau galicien avec couscous	HDC
		108,36g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		22,00g
Dîner	Soupe aux épinards et nouilles Quiche de légumes /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		767,54
		PROT
		25,63g
Premier	Aubergine Parmiggiana	CA
		546,39mg
		FE
		3,94mg
Deuxième	avec carotte duo	HDC
		72,51g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		42,38g
Dîner	Épi de maïs avec du sel Poisson blanc /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		872,91
		PROT
		42,03g
Premier	Soupe de légumes	CA
		270,98mg
		FE
		5,84mg
Deuxième	Hamburger mixte avec brocoli cuit à la vapeur	HDC
		65,87g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		49,59g
Dîner	Champignons gratinés Oeufs brouillés à l'ail /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		578,43
		PROT
		13,26g
Premier	Cous cous cous taboulé	CA
		189,78mg
		FE
		2,18mg
Deuxième	Rouleau de printemps avec ratatouille	HDC
		87,00g
Dessert	Fruit	LIP
		25,60g
Dîner	Asperges avec jambon Aubergine gratinée au four /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		590,34
		PROT
		28,58g
Premier	Gratin de chou-fleur	CA
		273,82mg
		FE
		3,67mg
Deuxième	Anchois enfarinés aux légumes sautés	HDC
		63,66g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		24,93g
Dîner	Soupe de légumes Oeuf /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		760,91
		PROT
		15,94g
Premier	Blettes aux pommes de terre	CA
		251,38mg
		FE
		4,79mg
Deuxième	Légumes en tempura	HDC
		96,47g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		34,55g
Dîner	Légumes sautés Viande blanche /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		884,08
		PROT
		29,73g
Premier		CA
		319,74mg
		FE
		5,83mg
Deuxième	Poke bowl	HDC
		107,07g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		37,72g
Dîner	Escalivada Dinde en morceaux avec courgette /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		771,29
		PROT
		35,15g
Premier	Crème de potiron rôti	CA
		224,44mg
		FE
		4,55mg
Deuxième	Maigre avec tomate	HDC
		63,16g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		42,96g
Dîner	Haricots verts sautés Omelette aux épinards /Fruit	

Entrant	Buffet de salade	KCAL
		888,01
		PROT
		43,11g
Premier	Salade Santa Monica	CA
		543,76mg
		FE
		5,87mg
Deuxième	avec aligot	HDC
		81,61g
Dessert	Fruit au choix/ Produit laitier	LIP
		43,94g
Dîner	Salade complète Poisson en papillote /Fruit	

Entrant	Menu spécial de Noël Buffet	KCAL
		569,86
		PROT
		43,72g
Premier	Panaché de charcuterie	CA
		349,96mg
		FE
		3,56mg
Deuxième	Merlu à la biscaïenne (tomate, poivron) avec pommes de terre	HDC
		100,26g
Dessert	Dessert spécial	LIP
		53,63g
Dîner		

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

<table><tr><td>Entrante</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>Primero</td><td>PROT</td></tr><tr><td>Segundo</td><td>CA</td></tr><tr><td>Postre</td><td>FE</td></tr><tr><td>Cena</td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	Entrante	KCAL	Primero	PROT	Segundo	CA	Postre	FE	Cena	HDC		LIP	<table><tr><td>Entrante</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>Primero</td><td>PROT</td></tr><tr><td>Segundo</td><td>CA</td></tr><tr><td>Postre</td><td>FE</td></tr><tr><td>Cena</td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	Entrante	KCAL	Primero	PROT	Segundo	CA	Postre	FE	Cena	HDC		LIP	<table><tr><td>Entrante</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>Primero</td><td>PROT</td></tr><tr><td>Segundo</td><td>CA</td></tr><tr><td>Postre</td><td>FE</td></tr><tr><td>Cena</td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	Entrante	KCAL	Primero	PROT	Segundo	CA	Postre	FE	Cena	HDC		LIP	<table><tr><td>Entrante</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>Primero</td><td>PROT</td></tr><tr><td>Segundo</td><td>CA</td></tr><tr><td>Postre</td><td>FE</td></tr><tr><td>Cena</td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	Entrante	KCAL	Primero	PROT	Segundo	CA	Postre	FE	Cena	HDC		LIP	<table><tr><td>1</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Crema de calabacín</td><td>483,72</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Rabas enharinadas</td><td>11,01g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>217,23mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Calabacín a la plancha</td><td>2,73mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>52,60g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>25,01g</td></tr></table>	1	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Crema de calabacín	483,72		Segundo	Rabas enharinadas	11,01g		Postre	Fruta y complemento lácteo	217,23mg		Cena	Calabacín a la plancha	2,73mg			Carne de ave /Fruta	52,60g				25,01g																																																																
Entrante	KCAL																																																																																																																																															
Primero	PROT																																																																																																																																															
Segundo	CA																																																																																																																																															
Postre	FE																																																																																																																																															
Cena	HDC																																																																																																																																															
	LIP																																																																																																																																															
Entrante	KCAL																																																																																																																																															
Primero	PROT																																																																																																																																															
Segundo	CA																																																																																																																																															
Postre	FE																																																																																																																																															
Cena	HDC																																																																																																																																															
	LIP																																																																																																																																															
Entrante	KCAL																																																																																																																																															
Primero	PROT																																																																																																																																															
Segundo	CA																																																																																																																																															
Postre	FE																																																																																																																																															
Cena	HDC																																																																																																																																															
	LIP																																																																																																																																															
Entrante	KCAL																																																																																																																																															
Primero	PROT																																																																																																																																															
Segundo	CA																																																																																																																																															
Postre	FE																																																																																																																																															
Cena	HDC																																																																																																																																															
	LIP																																																																																																																																															
1	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Crema de calabacín	483,72																																																																																																																																													
	Segundo	Rabas enharinadas	11,01g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	217,23mg																																																																																																																																													
	Cena	Calabacín a la plancha	2,73mg																																																																																																																																													
		Carne de ave /Fruta	52,60g																																																																																																																																													
			25,01g																																																																																																																																													
<table><tr><td>4</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Crema fría de puerros P/ECO</td><td>747,68</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Fajita vegetal</td><td>17,05g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>230,33mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Cebolleta y pimiento rojo plancha</td><td>3,88mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Hamburguesa de garbanzos /Fruta</td><td>123,40g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>21,27g</td></tr></table>	4	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Crema fría de puerros P/ECO	747,68		Segundo	Fajita vegetal	17,05g		Postre	Fruta y complemento lácteo	230,33mg		Cena	Cebolleta y pimiento rojo plancha	3,88mg			Hamburguesa de garbanzos /Fruta	123,40g				21,27g	<table><tr><td>5</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Salteado de verduras con sésamo</td><td>464,74</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Merluza en salsa mery</td><td>30,00g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>214,91mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Brochetas de verduras</td><td>2,65mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>45,08g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>46,21g</td></tr></table>	5	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Salteado de verduras con sésamo	464,74		Segundo	Merluza en salsa mery	30,00g		Postre	Fruta y complemento lácteo	214,91mg		Cena	Brochetas de verduras	2,65mg			Pescado azul /Fruta	45,08g				46,21g	<table><tr><td>6</td><td>Entrante</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Festivo</td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	6	Entrante	Festivo	KCAL		Primero	Festivo	PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP	<table><tr><td>7</td><td>Entrante</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Festivo</td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	7	Entrante	Festivo	KCAL		Primero	Festivo	PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP	<table><tr><td>8</td><td>Entrante</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Festivo</td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	8	Entrante	Festivo	KCAL		Primero	Festivo	PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP												
4	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Crema fría de puerros P/ECO	747,68																																																																																																																																													
	Segundo	Fajita vegetal	17,05g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	230,33mg																																																																																																																																													
	Cena	Cebolleta y pimiento rojo plancha	3,88mg																																																																																																																																													
		Hamburguesa de garbanzos /Fruta	123,40g																																																																																																																																													
			21,27g																																																																																																																																													
5	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Salteado de verduras con sésamo	464,74																																																																																																																																													
	Segundo	Merluza en salsa mery	30,00g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	214,91mg																																																																																																																																													
	Cena	Brochetas de verduras	2,65mg																																																																																																																																													
		Pescado azul /Fruta	45,08g																																																																																																																																													
			46,21g																																																																																																																																													
6	Entrante	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Festivo	PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
7	Entrante	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Festivo	PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
8	Entrante	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Festivo	PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
<table><tr><td>11</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Wok de verduras, legumbres y arroz</td><td>707,44</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Caballa a la gallega con cous cous</td><td>24,86g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>247,86mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Sopa de espinacas y fideos</td><td>5,19mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Quiche de verduras /Fruta</td><td>108,36g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>22,00g</td></tr></table>	11	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Wok de verduras, legumbres y arroz	707,44		Segundo	Caballa a la gallega con cous cous	24,86g		Postre	Fruta y complemento lácteo	247,86mg		Cena	Sopa de espinacas y fideos	5,19mg			Quiche de verduras /Fruta	108,36g				22,00g	<table><tr><td>12</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Parmiggiana de berenjena</td><td>767,54</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Croquetas vegetales con zanahoria dúo</td><td>25,63g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>546,39mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td>3,94mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado blanco /Fruta</td><td>72,51g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>42,38g</td></tr></table>	12	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Parmiggiana de berenjena	767,54		Segundo	Croquetas vegetales con zanahoria dúo	25,63g		Postre	Fruta y complemento lácteo	546,39mg		Cena	Mazorca de maíz con sal	3,94mg			Pescado blanco /Fruta	72,51g				42,38g	<table><tr><td>13</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Crema de verduras de temporada</td><td>872,91</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Hamburguesa mixta con brócoli al vapor</td><td>42,03g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>270,98mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Champiñones gratinados</td><td>5,84mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Revuelto de ajos tiernos /Fruta</td><td>65,87g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>49,59g</td></tr></table>	13	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Crema de verduras de temporada	872,91		Segundo	Hamburguesa mixta con brócoli al vapor	42,03g		Postre	Fruta y complemento lácteo	270,98mg		Cena	Champiñones gratinados	5,84mg			Revuelto de ajos tiernos /Fruta	65,87g				49,59g	<table><tr><td>14</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Tabulé de cous cous</td><td>578,43</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Rollito de primavera con ratatouille</td><td>13,26g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta</td><td>189,78mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Espárragos con jamón</td><td>2,18mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Berenjena gratinada al horno /Fruta</td><td>87,00g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>25,60g</td></tr></table>	14	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Tabulé de cous cous	578,43		Segundo	Rollito de primavera con ratatouille	13,26g		Postre	Fruta	189,78mg		Cena	Espárragos con jamón	2,18mg			Berenjena gratinada al horno /Fruta	87,00g				25,60g	<table><tr><td>15</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Coliflor gratinada</td><td>590,34</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Boquerones enharinados con salteado de verduras</td><td>28,58g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>273,82mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Crema de verduras</td><td>3,67mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Huevo /Fruta</td><td>63,66g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>24,93g</td></tr></table>	15	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Coliflor gratinada	590,34		Segundo	Boquerones enharinados con salteado de verduras	28,58g		Postre	Fruta y complemento lácteo	273,82mg		Cena	Crema de verduras	3,67mg			Huevo /Fruta	63,66g				24,93g
11	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Wok de verduras, legumbres y arroz	707,44																																																																																																																																													
	Segundo	Caballa a la gallega con cous cous	24,86g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	247,86mg																																																																																																																																													
	Cena	Sopa de espinacas y fideos	5,19mg																																																																																																																																													
		Quiche de verduras /Fruta	108,36g																																																																																																																																													
			22,00g																																																																																																																																													
12	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Parmiggiana de berenjena	767,54																																																																																																																																													
	Segundo	Croquetas vegetales con zanahoria dúo	25,63g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	546,39mg																																																																																																																																													
	Cena	Mazorca de maíz con sal	3,94mg																																																																																																																																													
		Pescado blanco /Fruta	72,51g																																																																																																																																													
			42,38g																																																																																																																																													
13	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Crema de verduras de temporada	872,91																																																																																																																																													
	Segundo	Hamburguesa mixta con brócoli al vapor	42,03g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	270,98mg																																																																																																																																													
	Cena	Champiñones gratinados	5,84mg																																																																																																																																													
		Revuelto de ajos tiernos /Fruta	65,87g																																																																																																																																													
			49,59g																																																																																																																																													
14	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Tabulé de cous cous	578,43																																																																																																																																													
	Segundo	Rollito de primavera con ratatouille	13,26g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta	189,78mg																																																																																																																																													
	Cena	Espárragos con jamón	2,18mg																																																																																																																																													
		Berenjena gratinada al horno /Fruta	87,00g																																																																																																																																													
			25,60g																																																																																																																																													
15	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Coliflor gratinada	590,34																																																																																																																																													
	Segundo	Boquerones enharinados con salteado de verduras	28,58g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	273,82mg																																																																																																																																													
	Cena	Crema de verduras	3,67mg																																																																																																																																													
		Huevo /Fruta	63,66g																																																																																																																																													
			24,93g																																																																																																																																													
<table><tr><td>18</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Acelgas con patatas</td><td>760,91</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Verduras en tempura</td><td>15,94g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>251,38mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Menestra salteada</td><td>4,79mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td>96,47g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>34,55g</td></tr></table>	18	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Acelgas con patatas	760,91		Segundo	Verduras en tempura	15,94g		Postre	Fruta y complemento lácteo	251,38mg		Cena	Menestra salteada	4,79mg			Carne blanca /Fruta	96,47g				34,55g	<table><tr><td>19</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Judías verdes con jamón</td><td>884,08</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Poke bowl</td><td>29,73g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>319,74mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Escalivada</td><td>5,83mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pavo a tacos con calabacín /Fruta</td><td>107,07g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>37,72g</td></tr></table>	19	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Judías verdes con jamón	884,08		Segundo	Poke bowl	29,73g		Postre	Fruta y complemento lácteo	319,74mg		Cena	Escalivada	5,83mg			Pavo a tacos con calabacín /Fruta	107,07g				37,72g	<table><tr><td>20</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Crema de calabaza asada</td><td>771,29</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Magro con tomate</td><td>35,15g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>224,44mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Judías verdes salteadas</td><td>4,55mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Tortilla de espinacas /Fruta</td><td>63,16g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>42,96g</td></tr></table>	20	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Crema de calabaza asada	771,29		Segundo	Magro con tomate	35,15g		Postre	Fruta y complemento lácteo	224,44mg		Cena	Judías verdes salteadas	4,55mg			Tortilla de espinacas /Fruta	63,16g				42,96g	<table><tr><td>21</td><td>Entrante</td><td>Buffet de ensaladas</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Ensalada Santa Mónica</td><td>888,01</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Tortilla de ajos tiernos con aligot</td><td>43,11g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Fruta y complemento lácteo</td><td>543,76mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td>Ensalada completa</td><td>5,87mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado al papillote /Fruta</td><td>81,61g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>43,94g</td></tr></table>	21	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL		Primero	Ensalada Santa Mónica	888,01		Segundo	Tortilla de ajos tiernos con aligot	43,11g		Postre	Fruta y complemento lácteo	543,76mg		Cena	Ensalada completa	5,87mg			Pescado al papillote /Fruta	81,61g				43,94g	<table><tr><td>22</td><td>Entrante</td><td>Menú especial de Navidad Buffet</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td>Entremeses variados</td><td>569,86</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td>Merluza a la vizcaína (tomate, pimiento) con patatas</td><td>43,72g</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td>Postre especial</td><td>349,96mg</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>3,56mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>100,26g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>53,63g</td></tr></table>	22	Entrante	Menú especial de Navidad Buffet	KCAL		Primero	Entremeses variados	569,86		Segundo	Merluza a la vizcaína (tomate, pimiento) con patatas	43,72g		Postre	Postre especial	349,96mg		Cena		3,56mg				100,26g				53,63g
18	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Acelgas con patatas	760,91																																																																																																																																													
	Segundo	Verduras en tempura	15,94g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	251,38mg																																																																																																																																													
	Cena	Menestra salteada	4,79mg																																																																																																																																													
		Carne blanca /Fruta	96,47g																																																																																																																																													
			34,55g																																																																																																																																													
19	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Judías verdes con jamón	884,08																																																																																																																																													
	Segundo	Poke bowl	29,73g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	319,74mg																																																																																																																																													
	Cena	Escalivada	5,83mg																																																																																																																																													
		Pavo a tacos con calabacín /Fruta	107,07g																																																																																																																																													
			37,72g																																																																																																																																													
20	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Crema de calabaza asada	771,29																																																																																																																																													
	Segundo	Magro con tomate	35,15g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	224,44mg																																																																																																																																													
	Cena	Judías verdes salteadas	4,55mg																																																																																																																																													
		Tortilla de espinacas /Fruta	63,16g																																																																																																																																													
			42,96g																																																																																																																																													
21	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Ensalada Santa Mónica	888,01																																																																																																																																													
	Segundo	Tortilla de ajos tiernos con aligot	43,11g																																																																																																																																													
	Postre	Fruta y complemento lácteo	543,76mg																																																																																																																																													
	Cena	Ensalada completa	5,87mg																																																																																																																																													
		Pescado al papillote /Fruta	81,61g																																																																																																																																													
			43,94g																																																																																																																																													
22	Entrante	Menú especial de Navidad Buffet	KCAL																																																																																																																																													
	Primero	Entremeses variados	569,86																																																																																																																																													
	Segundo	Merluza a la vizcaína (tomate, pimiento) con patatas	43,72g																																																																																																																																													
	Postre	Postre especial	349,96mg																																																																																																																																													
	Cena		3,56mg																																																																																																																																													
			100,26g																																																																																																																																													
			53,63g																																																																																																																																													
<table><tr><td>25</td><td>Entrante</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	25	Entrante		KCAL		Primero		PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP	<table><tr><td>26</td><td>Entrante</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	26	Entrante		KCAL		Primero		PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP	<table><tr><td>27</td><td>Entrante</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	27	Entrante		KCAL		Primero		PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP	<table><tr><td>28</td><td>Entrante</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	28	Entrante		KCAL		Primero		PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP	<table><tr><td>29</td><td>Entrante</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>Primero</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>Segundo</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>Postre</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>Cena</td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>	29	Entrante		KCAL		Primero		PROT		Segundo		CA		Postre		FE		Cena		HDC				LIP																				
25	Entrante		KCAL																																																																																																																																													
	Primero		PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
26	Entrante		KCAL																																																																																																																																													
	Primero		PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
27	Entrante		KCAL																																																																																																																																													
	Primero		PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
28	Entrante		KCAL																																																																																																																																													
	Primero		PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
29	Entrante		KCAL																																																																																																																																													
	Primero		PROT																																																																																																																																													
	Segundo		CA																																																																																																																																													
	Postre		FE																																																																																																																																													
	Cena		HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													