

DIABÉTICA 4R
Pasta, Arroz, Patata y
Legumbres 2R /
Verduras 0,5R
Fruta o Yogur 0,5R o 1R / Pan 0,5

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar				1 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana (80g 2R) Huevo revuelto con queso Fruta (1R) Pan (20g 1R)	2 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras (100g 2R) Lomo a la plancha con tomate Yogur (0,5 R)
Comida / Dinar	5 Ensalada fresca de temporada Espaguetis integrales a la napolitana (90g 2R) Bacalao al horno con verduras Fruta (1R) Pan (20g 1R)	6 Ensalada fresca de temporada Sopa minestrone (90g 2R) Pollo horno con maíz (25g 0,5R) Fruta (1R) Pan (10g 0,5R)	7 Ensalada fresca de temporada Arroz de otoño (80g 2R) Huevos al horno con tomate y queso Fruta (1R) Pan (20g 1R)	8 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras (100g 2R) Costillas a la BBQ con patatas (a. 55g 1,5R) Yogur (0,5 R)	9 FESTIVO
Comida / Dinar	12 FESTIVO	13 Ensalada fresca de temporada Crema de lentejas rojas y manzana (100g 2R) Pavo con salsa permitida con patatas (c.60g 1R) Fruta (1R)	14 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave (90g 2R) Salmón al horno Fruta (1R) Pan (20g 1R)	15 FESTIVO	16 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras (100g 2R) Pavo en salsa permitida con arroz blanco (40g 1R) Fruta (1R)
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales con a la italiana (90g 2R) Salmón al horno con brócoli Fruta (1R) Pan (20g 1R)	20 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras (100g 2R) Tortilla paisana con queso Fruta (1R) Pan (20g 1R)	21 Ensalada fresca de temporada Pasta con boloñesa vegetal (135g 2R) Pescado al horno Fruta (1R) Pan (20g 1R)	22 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana (80g 2R) Pechuga a la plancha con champiñones Yogur (0,5 R) Pan (20g 1R)	23 Ensalada fresca de temporada Pure de alubias (100g 2R) Pizza (40g 1R) Fruta (1R)
Comida / Dinar	26	27	28	29	30



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.