

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
2	Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Merluza al horno con brócoli Fruta	3 Ensalada fresca de temporada Espaguetis a la italiana Tortilla francesa con salteado de verduras Fruta	4 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido Pollo al horno con judías verdes Lácteo	5 Gazpacho de sandía Ensalada de patatas, vegetales, atún y huevo Lomo a la plancha con samfaina Lácteo desnatado	6 Ensalada fresca de temporada Arroz vegetal Merluza al horno con verduras Fruta
9	Ensalada fresca de temporada Crema de calabacín, patata nueva y puerros Ragout de magro con cous cous Fruta	10 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Pescado horno con pimiento Fruta	11 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de patatas con zanahoria Fruta	12 Salmorejo (sin pan) Ensalada de pasta tricolor, vegetales, cherries, huevo y atún Bacalao al horno con guisantes Lácteo desnatado	13 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Pollo al horno con patatas Lácteo
16	Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales con verduras Merluza a la plancha con verduras Fruta	17 Crema fría permitida Ensalada de garbanzos, vegetales y queso feta Pavo con patatas Fruta	18 Tomate y queso fresco Fideuà de pescado y marisco Tortilla francesa con queso fresco Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz con verduras Gallineta horno con calabacín plancha Lácteo desnatado	20 BARCACOA PERMITIDA
23	Ensalada fresca de temporada Guisado de patatas y verduras Tortilla de queso con tirabeques Fruta	24 FESTIVO	25 Ensalada fresca de temporada Macarrones con carbonara vegetal Rape al horno con guisantes Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Crema de lentejas rojas Chuletas de pavo con arroz pilaf Lácteo desnatado	27 Ensalada fresca de temporada Queso fresco Hamburguesa de pollo plancha con patata al horno Postre especial permitido
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.