

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 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales a la italiana Merluza al horno con verduras Fruta	2 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cous cous completo con pollo (verduras y legumbres) Fruta	3 Ensalada fresca de temporada Patatas asadas con queso Pollo al horno con pimientos Fruta	4 Salmorejo Arroz con pollo Salmón al horno con zanahoria Yogur	5 Ensalada fresca de temporada Curry de garbanzos con verduras Magro con tomate Fruta
Comida / Dinar	8 Ensalada fresca de temporada Crema de calabacín, patata y cebolla dulce Ragout de pavo con cous cous Fruta	9 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	10 Gazpacho de sandía Macarrones con carbonara vegetal Abadejo al horno con verduras Fruta	11 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Lomo a la plancha con patatas Yogur	12 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Bacaladilla al horno con salteado de verduras Fruta
Comida / Dinar	15 Ensalada fresca de temporada Caracolas con boloñesa vegetal Tortilla de queso con tomate con aceite de albahaca Fruta	16 Ensalada fresca de temporada Fideuà Carne blanca plancha Fruta	17 Crema fría de melón Ensalada de garbanzos, vegetales y queso Alitas de pollo al horno con bereneja Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Arroz vegetal Merluza a la plancha con calabacín Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Crema de alubias #¡REF! Pizza permitida
Comida / Dinar	22 Ensalada fresca de temporada Espaguetis integrales con salsa de calabacín y queso Lomo a la jardinera Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Crema de lentejas rojas con verduras Lomo plancha con trigo tierno Fruta	24 FESTIVO	25 Ensalada fresca de temporada Ensalada murciana Revuelto de calabacín con zanahoria Fruta	26 Tosta de champiñones Tomate y queso fresco Caracolas con boloñesa de pollo Fruta
Comida / Dinar	29 Ensalada fresca de temporada Macarrones a la italiana Gallineta a la espalda con patatas Fruta	30 Ensalada fresca de temporada Queso fresco Hamburguesa de pollo plancha con patata al horno Fruta			



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.