

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				3 Ensalada fresca de temporada Arroz tres delicias Hamburguesa de pollo con pisto Yogur	4 Ensalada fresca de temporada Pasta a la italiana Pechuga plancha Fruta
Comida / Dinar	7 Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz integral Magro con pisto Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Arroz con secreto y aguacate Tortilla de atún con maíz salteado Fruta	9 Ensalada fresca de temporada Espaguetis integrales a la napolitana Merluza al horno con judías verdes Fruta	10 Ensalada fresca de temporada Quesadilla vegetal Garbanzos a la hortelana Fruta	11 Hummus de garbanzos Coliflor gratinada Fideuà Fruta
Comida / Dinar	14 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Magro en salsa con arroz integral Fruta	15 Crema fría de melón Macarrones integrales a la piamontesa Tortilla de calabacín con ensalada permitida Fruta	16 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Salmón al eneldo con berenjena Fruta	17 Hummus de zanahoria Ensalada completa Pavo a la plancha con calabacín Yogur	18 Ensalada fresca de temporada Pizza de jamón y queso Alubias con verduras Fruta
Comida / Dinar	21 Ensalada fresca de temporada Espaguetis integrales a la italiana Merluza al horno con brócoli Fruta	22 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Lomo a la plancha con pimientos Fruta	23 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Pechuga plancha con tirabeques Fruta	24 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Pollo al horno con mazorca de maíz Fruta	25 Gazpacho andaluz Ensalada de garbanzos, quinoa, vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Yogur
Comida / Dinar	28 Ensalada fresca de temporada Caracolas con tomate Abadejo al horno con judías verdes Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Crema de puerros y calabaza Pavo a la plancha con patatas Fruta	30 Ensalada fresca de temporada Calamares con salsa de tomate Fideuà vegetal con pak choi Yogur		



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.