

CEIP SERRA DE BÈRNIA, XALÓ

Setembre 2024

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

SETMANA 1	9	E	Amanida	KCAL: 717.66 HC: 89.41 P: 20.79 G: 30.72
		1º	Llaçets tricolor amb bolonyesa vegetal	
		2º	Ous remenats	
		P	Fruita del temps	
		S	BROQUETES DE TITOT AMB VERDURA IOGURT NATURAL	

	10	E	Amanida	KCAL: 731.54 HC: 73.45 P: 39.97 G: 30.15
		1º	Bullitvalencià (creïlla, carlota, ceba i fesols)	
		2º	Pollastre amb salsa	
		P	Fruita del temps	
		S	AMANIDA DE CREÏLLA, TONYINA I OU FRUITA DEL TEMPS	

	11	E	Amanida	KCAL: 764.76 HC: 80.01 P: 42.96 G: 30.35
		1º	Llenties ECO estofats (carlota i creïlla)	
		2º	Dorè de lluç	
		P	Fruita del temps	
		S	HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMBALBERGÍNIA GELATINA	

	12	E	Amanida	KCAL: 861.96 HC: 89.76 P: 24.60 G: 44.92
		1º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	
		2º	Llonganisses al forn amb ceba	
		P	Fruita del temps	
		S	BROQUETES CASOLANES DE PEIX AMB TOMAQUES CHERRI I CARABASSETA IOGURT NATURAL	

	13	E	Amanida	KCAL: 752.77 HC: 79.26 P: 22.85 G: 38.22
		1º	Crema de carlota amb crutons	
		2º	Truita de creïlles	
		P	Postre lacteri	
		S	TORTES INTEGRALS AMB VEGETALS I GAMBES IOGURT GREC NATURAL	

SETMANA 2	16	E	Amanida	KCAL: 792.98 HC: 80 P: 37.46 G: 35.94
		1º	Companatge variat (formatge, títol, salsitxó, xoriç o)	
		2º	Paella valenciana (bajoques, garrofó, pollastre)	
		P	Fruita del temps	
		S	AMANIDA DE MELÓ AMB PERNIL I FORMATGE MOZZARELLA GELATINA	

	17	E	Amanida	KCAL: 671.01 HC: 73.20 P: 32.08 G: 27.17
		1º	Crema de carabassó amb avena	
		2º	Pollastre al forn amb rostit de poma	
		P	Fruita del temps	
		S	PÈSOLS + OUS FARCITS AMB TONYINA FRUITA DEL TEMPS	

	18	E	Amanida	KCAL: 771.53 HC: 85.98 P: 47.15 G: 26.53
		1º	Potatge de cigrons	
		2º	Lluç amb mery (all i julivert)	
		P	Fruita del temps	
		S	PIT DE POLLASTRE FARCIT AMB FORMATGE I TOMACA IOGURT NATURAL	

	19	E	Amanida	KCAL: 752.0 HC: 64.56 P: 25.58 G: 42.04
		1º	Sopa minestrone amb caragols	
		2º	*Mandoguilles amb salsa	
		P	Fruita del temps	
		S	LLUÇ AL FORN AMB VERDURA I CREÏLLA GELATINA	

	20	E	Amanida	KCAL: 785.8 HC: 84.8 P: 41 G: 31.4
		1º	Macarrons integrals amb tonyina	
		2º	Truita de espinacs	
		P	Postre lacteri	
		S	TOMACA AMB ORENGA HAMBURGUESA CASOLANA DE CIGRONS IOGURT GREC NATURAL	

SETMANA 3	23	E	Amanida	KCAL: 745.94 HC: 75.87 P: 30.51 G: 34.77
		1º	Llenties jardineria	
		2º	Pastel de verdures	
		P	Llet	
		S	SALMÓ A LA PLANXA AMB AMANIDA VARIADA IOGURT NATURAL	

	24	E	Amanida	KCAL: 718.73 HC: 84.45 P: 41.28 G: 23.91
		1º	Espaguetis amb carbonara vegetal	
		2º	Fogoner vízcaina	
		P	Fruita del temps	
		S	CARABASSETA AMB TOMACA I FORMATGE FETA+TITOT A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	

	25	E	Amanida	KCAL: 763.73 HC: 76.96 P: 23.8 G: 40.13
		1º	Risoto de tomaca	
		2º	Cordonblue de títol al forn	
		P	Fruita del temps	
		S	TRUITA AMB CREÏLLA I XAMPINYONS GELATINA	

	26	E	Amanida	KCAL: 639.11 HC: 50.34 P: 25.40 G: 36.10
		1º	Crema de carabassa ECO amb dacsa	
		2º	Truita de alberginia i formatge	
		P	Fruita del temps	
		S	AMANIDA DE TOMACA I ALVOCAT DELÍCIES DE PEIX CASOLANES IOGURT GREC NATURAL	

	27	E	Amanida	KCAL: 891.04 HC: 95.96 P: 42.82 G: 37.31
		1º	Cigrons amb verdures	
		2º	*Cap de llom asat amb cuscus	
		P	Postre lacteri	
		S	PIZZA CASOLANA IOGURT NATURAL AMB CANYELLA	

SETMANA 4	30	E	Amanida	KCAL: 840.33 HC: 94.08 P: 35.93 G: 35.60
		1º	Espirals napolitana	
		2º	Peix arrebossats	
		P	Fruita del temps	
		S	ALES DE POLLASTRE AMB MONIATO+GELATINA	

PLANIFIQUEM ELS MENUS SEGUINT LES DIRECTRIUS DE LA GUIA DE MENJADORS ESCOLARS DE LA GENERALITAT VALENCIANA
Cristina Andrés Ferrer, Dietista-Nutricionista, nº col CV00007 ha supervisat el menú y ha proposat els sopars.

UNA VEGADA A LA SETMANA EL PÀ SERÀ INTEGRAL
*PER A DIETES AUTORIZADES SUBSTITUIM PER PRODUCTES PROTEICS I VEGETALS

AMANIDA: LLETUGA, TOMACA, COGOMBRE, DACSA I CARLOTA

ICONOS ALÉRGENOS



Servei de menjadors escolars

CEIP SERRA DE BÉRNIA, XALÓ

Septiembre 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SEMANA 1

9	E	Ensalada	KCAL: 717.66 HC: 89.41 P: 20.79 G: 30.72
1º		Pajaritas tricolorsalsa vegetal	
2º		Huevosrevueltos	
P		Fruta de temporada	
C	BROCHETAS DE PAVO CON VERDURA YOGUR NATURAL		

10	E	Ensalada	KCAL: 731.54 HC: 73.45 P: 39.97 G: 30.15
1º		Hervidovalenciano (patata, zanahoria, cebolla, judia)	
2º		Pollo en salsa	
P		Fruta de temporada	
C	ENSALADA DE PATATA, ATÚN Y HUEVO FRUTA DEL TIEMPO		

11	E	Ensalada	KCAL: 764.76 HC: 80.01 P: 42.96 G: 30.35
1º		Lentejas ECO estofadas (zanahoria, patata)	
2º		Doré de merluza	
P		Fruta de temporada	
C	HAMBURGUESA DE POLLO CON BERENJENA GELATINA		

12	E	Ensalada	KCAL: 861.96 HC: 89.76 P: 24.60 G: 44.92
1º		Arroz a la cubana (tomate y huevo)	
2º		Salchichas al horno con cebolla	
P		Fruta de temporada	
C	BROCHETAS CASERAS DE PESCADO CON TOMATES CHERRY Y CALABACÍN YOGUR NATURAL		

13	E	Ensalada	KCAL: 752.77 HC: 79.26 P: 22.85 G: 38.22
1º		Crema de zanahoriacon crutons	
2º		Tortilla de patatas	
P		Postrelácteo	
C	FAJITAS CON VEGETALES Y GAMBAS YOGUR GRIEGO NATURAL		

SEMANA 2

16	E	Ensalada	KCAL: 792.98 HC: 80 P: 37.46 G: 35.94
1º		Entremeses variados (queso, pavo, salchichon, chorizo)	
2º		Paella valenciana (pollo, judia, garrofon)	
P		Fruta de temporada	
C	ENSALADA DE MELÓN CON JAMÓN Y QUESO MOZZARELLA GELATINA		

17	E	Ensalada	KCAL: 671.01 HC: 73.20 P: 32.08 G: 27.17
1º		Crema de calabacin con avena	
2º		Pollo al horno con rustido de manzana	
P		Fruta de temporada	
C	GUISANTES+HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA DEL TIEMPO		

18	E	Ensalada	KCAL: 771.53 HC: 85.98 P: 47.15 G: 26.53
1º		Potaje de garbanzos	
2º		Merluza con mery (ajo, perejil)	
P		Fruta de temporada	
C	PECHUGA DE POLLO RELLENA DE QUESO Y TOMATE YOGUR NATURAL		

19	E	Ensalada	KCAL: 752.0 HC: 64.56 P: 25.58 G: 42.04
1º		Sopa minestrone con caracolas	
2º		*Albóndigas en salsa	
P		Fruta de temporada	
C	MERLUZA AL HORNO CON VERDURA Y PATATA GELATINA		

20	E	Ensalada	KCAL: 785.8 HC: 84.8 P: 41 G: 31.4
1º		Macarronesintegrales con atun	
2º		Tortilla de espinacas	
P		Postrelácteo	
C	TOMATE CON ORÉGANO HAMBURGUESAS CASERAS DE GARBANZOS YOGUR GRIEGO NATURAL		

SEMANA 3

23	E	Ensalada	KCAL: 745.94 HC: 75.87 P: 30.51 G: 34.77
1º		Lentejas Jardinera	
2º		Pastel de verduras	
P		Leche	
C	SALMON A LA PLANCHA CON ENSALADAVARIADA YOGUR NATURAL		

24	E	Ensalada	KCAL: 718.73 HC: 84.45 P: 41.28 G: 23.91
1º		Espagueti carbonara vegetal	
2º		Fogonero vizcaína	
P		Fruta de temporada	
C	CALABACÍN CON TOMATE Y QUESO FETA+PAVO A LA PLANCHA FRUTA DEL TIEMPO		

25	E	Ensalada	KCAL: 763.73 HC: 76.96 P: 23.8 G: 40.13
1º		Risoto de tomate	
2º		Cordonblu de pavo al horno	
P		Fruta de temporada	
C	TORTILLA DE PATATA Y CHAMPIÑONES GELATINA		

26	E	Ensalada	KCAL: 639.11 HC: 50.34 P: 25.40 G: 36.10
1º		Crema de calabaza ECO con maiz	
2º		Tortilla de berenjena y queso	
P		Fruta de temporada	
C	ENSALADA DE TOMATE Y AGUACATE NUGGETS DE PESCADO CASEROS YOGUR GRIEGO NATURAL		

27	E	Ensalada	KCAL: 891.04 HC: 95.96 P: 42.82 G: 37.31
1º		Garbanzos con verduras	
2º		*Cabeza de lomoasada con cuscús	
P		Postrelácteo	
C	PIZZA CASERA YOGUR NATURAL CON CANELA		

SEMANA 4

30	E	Ensalada	KCAL: 840.33 HC: 94.08 P: 35.93 G: 35.60
1º		Espirales napolitana	
2º		Pescado rebozado	
P		Fruta de temporada	
C	ALITAS DE POLLO CON BONIATO+GELATINA		

PLANIFICAMOS LOS MENUS SIGUIENDO LAS DIRECTRICES DE LA GUÍA DE COMEDORES ESCOLARES DE LA GENERALITAT VALENCIANA Cristina Andrés Ferrer, Dietista-Nutricionista, nº col CV00007 ha supervisado el menú y ha propuesto las cenas.

UNA VEZ A LA SEMANA EL PAN SERÁ INTEGRAL

* PARA DIETAS AUTORIZADAS SUSTITUIMOS POR PRODUCTOS PROTÉICOS Y VEGETALES

ENSALADA: LECHUGA, TOMATE, PEPINO, MAIZ Y ZANAHORIA

