

CEIP Jose Boquera Oliver

usuario: jose\_boquera\_oliver

contraseña: 1427\_jose\_boquera\_oliver

Setembre - 2024 MENU MENSUAL  
JOSE BOQUERA OLIVER

## FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Pinya  
Meló, Meló d'Alger  
Poma

DESCARREGA'T  
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1427

## VALOR DIFERENCIADOR



## AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassat (Valencia)  
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisat per la nutricionista  
col·legiada Laura Guillem, Núm. CV00275

Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals,  
raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.  
L'avaluació nutricional està basa en el grup d'edat. Els  
nostres menús es preparen d'acord amb les directrius  
de la normativa vigent en cada comunitat.

La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la  
cuina i en la direcció del centre.

9	10	11	12	13
<p><b>Encisam, tomaca, olives, carlota</b></p> <p>1º Arròs tres delícies amb salsa de soja</p> <p>2º Mandonguilles a la jardineria amb xampinyons</p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia farcida de verdures Peix a la llima /Fruita</p>	<p><b>Amanida fresca ecològica</b></p> <p>1º Lentilles amb verdures P/ECO</p> <p>2º Fruita de creilla amb samfaina cassolà</p> <p>Iogurt valencià</p> <p>Espàrrecs amb pernil Carn blanca magra /Fruita</p>	<p><b>Encisam, tomaca, ceba, cogombre, carlota</b></p> <p>1º Macarrons a la napolitana</p> <p>2º Lluç a la marinera</p> <p>Fruita</p> <p>Quinoa amb espècies Fruita de carabasseta i alvocat /Fruita</p>	<p><b>Amanida fresca ecològica</b></p> <p>1º Crema mediterrània de verdures de temporada amb tostons integrals</p> <p>2º Pollastre al romer amb pimentó italià</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Bajoqueta saltejada Torrada de tomata, formatge fresc i anxoves</p>	<p><b>Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota</b></p> <p>1º "Quesadilla" de pernil dolç i formatge</p> <p>2º Fideuà de peix i marisc (fons de llotja)</p> <p>Fruita</p> <p>Péssols amb pernil i ceba Carn d'au /Fruita</p>
16	17	18	19	20
<p><b>Amanida amb fruita</b></p> <p>1º Pasta als 4 formatges</p> <p>2º Abadejo a la biscaina</p> <p>Fruita</p> <p>Escalivada Croquetes casolanes de llegums /Fruita</p>	<p><b>Gaspatxo de meló d'alger</b></p> <p>1º Ensalada camperola (Infantil: Crema)</p> <p>2º Hamburguesa 100% pollastre amb anelles de ceba</p> <p>Lacti</p> <p>Crepe de verdures Peix blau /Fruita</p>	<p><b>Amanida fresca ecològica</b></p> <p>1º Sopa d'olla amb verdures i fideus</p> <p>2º Fruita de creïlles amb croquetes</p> <p>Fruita</p> <p>Espinacs saltejats amb panses i pinyons Nuggets de Titot (Casolà) /Fruita</p>	<p><b>Amanida fresca ecològica</b></p> <p>1º Fesols amb verdures</p> <p>2º Pizza Colevisa</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Panolla amb sal Remenat de bròquil i formatge /Fruita</p>	<p><b>DIA MUNDIAL DE LA PAELLA</b> Torrada d'hummus de cigrons</p> <p>1º Amanida completa amb verat</p> <p>2º Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons gratinats Salmó al papillote /Fruita</p>
23	24	25	26	27
<p><b>Encisam, tomaca, dacsa, pimentó, carlota, formatge</b></p> <p>1º Llentilles amb verdures i poma</p> <p>2º Longanisses amb tomaca fregida</p> <p>Fruita</p> <p>Creïlles al gratén Remenat de verdures /Fruita</p>	<p><b>Encisam, tomaca, olives, carlota</b></p> <p>1º Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>2º Maire enfarinat amb salsa tàrtara</p> <p>Fruita</p> <p>Bullit de verdures Fruita de pernil dolç /Fruita</p>	<p><b>Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota</b></p> <p>1º Crema de carlota i porro amb tostons</p> <p>2º Aletes de pollastre/ Inf. Contracuíxa amb creïlles</p> <p>Fruita</p> <p>Faves saltejades amb alls tendres Hamburguesa de lluç /Fruita</p>	<p><b>Amanida fresca ecològica</b></p> <p>1º Macarrons a la italiana amb alfàbega fresca</p> <p>2º Lluç a la provençal amb verdures</p> <p>Iogurt Artesà</p> <p>Xips de moniato al forn Carn blanca /Fruita</p>	<p><b>Amanida fresca ecològica</b></p> <p>1º Cigrons amb verdures</p> <p>2º Fruita francesa amb pa, tomaca i pernil</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Coliflor amb creïlla Carn blanca magra /Fruita</p>
30				
<p><b>Encisam, tomaca, olives, pimentó i carlota</b></p> <p>1º Sopa d'olla</p> <p>2º Polit al curri amb creïlles</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de verdures Gambes saltejades amb bolet /Fruita</p>				

CEIP Jose Boquera Oliver

usuario: jose\_boquera\_oliver

contraseña: 1427\_jose\_boquera\_oliver

Septiembre - 2024 MENU MENSUAL  
JOSE BOQUERA OLIVER

## FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña  
Melón, Sandía  
Manzana

DESCARGA  
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1427

## VALOR DIFERENCIADOR



## ALERGENOS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)  
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista  
colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías etc. La evaluación nutricional está basada en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro.

	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>CA</td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2º</td><td>HDC</td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td></td><td></td></tr> </table>	E		KCAL	PROT			1º	CA		FE			2º	HDC		LIP			<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>CA</td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2º</td><td>HDC</td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td></td><td></td></tr> </table>	E		KCAL	PROT			1º	CA		FE			2º	HDC		LIP			<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>CA</td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2º</td><td>HDC</td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td></td><td></td></tr> </table>	E		KCAL	PROT			1º	CA		FE			2º	HDC		LIP			<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>CA</td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2º</td><td>HDC</td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td></td><td></td></tr> </table>	E		KCAL	PROT			1º	CA		FE			2º	HDC		LIP																																																																																																																													
E		KCAL																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	CA																																																																																																																																																																																																						
FE																																																																																																																																																																																																							
2º	HDC																																																																																																																																																																																																						
LIP																																																																																																																																																																																																							
E		KCAL																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	CA																																																																																																																																																																																																						
FE																																																																																																																																																																																																							
2º	HDC																																																																																																																																																																																																						
LIP																																																																																																																																																																																																							
E		KCAL																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	CA																																																																																																																																																																																																						
FE																																																																																																																																																																																																							
2º	HDC																																																																																																																																																																																																						
LIP																																																																																																																																																																																																							
E		KCAL																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	CA																																																																																																																																																																																																						
FE																																																																																																																																																																																																							
2º	HDC																																																																																																																																																																																																						
LIP																																																																																																																																																																																																							
<table border="1"> <tr><td>9</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>935,87</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Arroz tres delicias con salsa de soja</td><td>29,42g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>118,04mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Albóndigas a la jardinera con champiñones</td><td>5,53mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>104,75g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>44,14g</td></tr> <tr><td>44,14g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Berenjena rellena de verduras</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td></td></tr> </table>	9	Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria	KCAL	E		935,87	PROT			1º	Arroz tres delicias con salsa de soja	29,42g	CA			FE		118,04mg	2º	Albóndigas a la jardinera con champiñones	5,53mg	HDC			104,75g			LIP	Fruta	44,14g	44,14g				Berenjena rellena de verduras			Pescado al limón /Fruta		<table border="1"> <tr><td>10</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>858,41</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Lentejas con verduras P/ECO</td><td>34,86g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>351,07mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tortilla de patata con pisto casero</td><td>9,46mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>99,36g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Yogur valenciano</td><td>35,85g</td></tr> <tr><td>35,85g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Espárragos con jamón</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Carne blanca magra /Fruta</td><td></td></tr> </table>	10	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		858,41	PROT			1º	Lentejas con verduras P/ECO	34,86g	CA			FE		351,07mg	2º	Tortilla de patata con pisto casero	9,46mg	HDC			99,36g			LIP	Yogur valenciano	35,85g	35,85g				Espárragos con jamón			Carne blanca magra /Fruta		<table border="1"> <tr><td>11</td><td>Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>744,26</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Macarrones a la napolitana</td><td>37,70g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>278,22mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Merluza a la marinera</td><td>5,23mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>113,21g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>17,50g</td></tr> <tr><td>17,50g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Quinoa con especias</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta</td><td></td></tr> </table>	11	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria	KCAL	E		744,26	PROT			1º	Macarrones a la napolitana	37,70g	CA			FE		278,22mg	2º	Merluza a la marinera	5,23mg	HDC			113,21g			LIP	Fruta	17,50g	17,50g				Quinoa con especias			Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta		<table border="1"> <tr><td>12</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>876,87</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Crema mediterránea de verduras de temporada con tostones integrales</td><td>36,20g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>179,95mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Pollo al romero con pimiento italiano</td><td>6,77mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>97,29g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta ECO</td><td>38,74g</td></tr> <tr><td>38,74g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Judías verdes salteadas</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Tostada de tomate, queso fresco y anchoas</td><td></td></tr> </table>	12	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		876,87	PROT			1º	Crema mediterránea de verduras de temporada con tostones integrales	36,20g	CA			FE		179,95mg	2º	Pollo al romero con pimiento italiano	6,77mg	HDC			97,29g			LIP	Fruta ECO	38,74g	38,74g				Judías verdes salteadas			Tostada de tomate, queso fresco y anchoas		<table border="1"> <tr><td>13</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>812,22</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Quesadilla de jamón york y queso</td><td>41,23g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>315,85mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)</td><td>6,62mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>145,16g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>27,55g</td></tr> <tr><td>27,55g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Guisantes con cebolla y jamón</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td></td></tr> </table>	13	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL	E		812,22	PROT			1º	Quesadilla de jamón york y queso	41,23g	CA			FE		315,85mg	2º	Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)	6,62mg	HDC			145,16g			LIP	Fruta	27,55g	27,55g				Guisantes con cebolla y jamón			Carne de ave /Fruta	
9	Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		935,87																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Arroz tres delicias con salsa de soja	29,42g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		118,04mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Albóndigas a la jardinera con champiñones	5,53mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
104,75g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	44,14g																																																																																																																																																																																																					
44,14g																																																																																																																																																																																																							
	Berenjena rellena de verduras																																																																																																																																																																																																						
	Pescado al limón /Fruta																																																																																																																																																																																																						
10	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		858,41																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Lentejas con verduras P/ECO	34,86g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		351,07mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Tortilla de patata con pisto casero	9,46mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
99,36g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Yogur valenciano	35,85g																																																																																																																																																																																																					
35,85g																																																																																																																																																																																																							
	Espárragos con jamón																																																																																																																																																																																																						
	Carne blanca magra /Fruta																																																																																																																																																																																																						
11	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		744,26																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Macarrones a la napolitana	37,70g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		278,22mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Merluza a la marinera	5,23mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
113,21g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	17,50g																																																																																																																																																																																																					
17,50g																																																																																																																																																																																																							
	Quinoa con especias																																																																																																																																																																																																						
	Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta																																																																																																																																																																																																						
12	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		876,87																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Crema mediterránea de verduras de temporada con tostones integrales	36,20g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		179,95mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Pollo al romero con pimiento italiano	6,77mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
97,29g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta ECO	38,74g																																																																																																																																																																																																					
38,74g																																																																																																																																																																																																							
	Judías verdes salteadas																																																																																																																																																																																																						
	Tostada de tomate, queso fresco y anchoas																																																																																																																																																																																																						
13	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		812,22																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Quesadilla de jamón york y queso	41,23g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		315,85mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)	6,62mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
145,16g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	27,55g																																																																																																																																																																																																					
27,55g																																																																																																																																																																																																							
	Guisantes con cebolla y jamón																																																																																																																																																																																																						
	Carne de ave /Fruta																																																																																																																																																																																																						
<table border="1"> <tr><td>16</td><td>Ensalada con fruta</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>833,10</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Caracolas a los 4 quesos</td><td>34,03g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>421,41mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Bacalao a la vizcaína</td><td>5,32mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>114,67g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>40,54g</td></tr> <tr><td>40,54g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Escalivada</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Croquetas caseras de legumbres /Fruta</td><td></td></tr> </table>	16	Ensalada con fruta	KCAL	E		833,10	PROT			1º	Caracolas a los 4 quesos	34,03g	CA			FE		421,41mg	2º	Bacalao a la vizcaína	5,32mg	HDC			114,67g			LIP	Fruta	40,54g	40,54g				Escalivada			Croquetas caseras de legumbres /Fruta		<table border="1"> <tr><td>17</td><td>Gazpacho de sandía</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>793,50</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Ensalada campera (Infantil: Crema)</td><td>46,59g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>231,92mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Hamburguesa 100% pollo con aros de cebolla</td><td>4,35mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>61,45g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Lácteo</td><td>40,39g</td></tr> <tr><td>40,39g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Crepe de verduras</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td></td></tr> </table>	17	Gazpacho de sandía	KCAL	E		793,50	PROT			1º	Ensalada campera (Infantil: Crema)	46,59g	CA			FE		231,92mg	2º	Hamburguesa 100% pollo con aros de cebolla	4,35mg	HDC			61,45g			LIP	Lácteo	40,39g	40,39g				Crepe de verduras			Pescado azul /Fruta		<table border="1"> <tr><td>18</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>846,64</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Sopa de cocido con verduras y fideos</td><td>35,31g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>167,07mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tortilla de patata con croquetas</td><td>8,37mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>103,66g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>37,48g</td></tr> <tr><td>37,48g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Espinacas con pasas y piñones</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Nuggets de Pavo (Caseros) /Fruta</td><td></td></tr> </table>	18	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		846,64	PROT			1º	Sopa de cocido con verduras y fideos	35,31g	CA			FE		167,07mg	2º	Tortilla de patata con croquetas	8,37mg	HDC			103,66g			LIP	Fruta	37,48g	37,48g				Espinacas con pasas y piñones			Nuggets de Pavo (Caseros) /Fruta		<table border="1"> <tr><td>19</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>877,45</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Alubias blancas con verduras</td><td>35,01g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>298,93mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Pizza Colevisa</td><td>8,01mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>134,84g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta ECO</td><td>34,80g</td></tr> <tr><td>34,80g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Revuelto de brócoli con queso /Fruta</td><td></td></tr> </table>	19	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		877,45	PROT			1º	Alubias blancas con verduras	35,01g	CA			FE		298,93mg	2º	Pizza Colevisa	8,01mg	HDC			134,84g			LIP	Fruta ECO	34,80g	34,80g				Mazorca de maíz con sal			Revuelto de brócoli con queso /Fruta		<table border="1"> <tr><td>20</td><td><b>DÍA MUNDIAL DE LA PAELLA</b> Tosta de hummus de garbanzos</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>987,87</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Ensalada completa con caballa</td><td>46,71g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>199,25mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Paella valenciana con pollo de campo</td><td>7,03mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>119,32g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>23,00g</td></tr> <tr><td>23,00g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Champiñones gratinados</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Salmon al papillote /Fruta</td><td></td></tr> </table>	20	<b>DÍA MUNDIAL DE LA PAELLA</b> Tosta de hummus de garbanzos	KCAL	E		987,87	PROT			1º	Ensalada completa con caballa	46,71g	CA			FE		199,25mg	2º	Paella valenciana con pollo de campo	7,03mg	HDC			119,32g			LIP	Fruta	23,00g	23,00g				Champiñones gratinados			Salmon al papillote /Fruta	
16	Ensalada con fruta	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		833,10																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Caracolas a los 4 quesos	34,03g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		421,41mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Bacalao a la vizcaína	5,32mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
114,67g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	40,54g																																																																																																																																																																																																					
40,54g																																																																																																																																																																																																							
	Escalivada																																																																																																																																																																																																						
	Croquetas caseras de legumbres /Fruta																																																																																																																																																																																																						
17	Gazpacho de sandía	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		793,50																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Ensalada campera (Infantil: Crema)	46,59g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		231,92mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Hamburguesa 100% pollo con aros de cebolla	4,35mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
61,45g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Lácteo	40,39g																																																																																																																																																																																																					
40,39g																																																																																																																																																																																																							
	Crepe de verduras																																																																																																																																																																																																						
	Pescado azul /Fruta																																																																																																																																																																																																						
18	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		846,64																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Sopa de cocido con verduras y fideos	35,31g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		167,07mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Tortilla de patata con croquetas	8,37mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
103,66g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	37,48g																																																																																																																																																																																																					
37,48g																																																																																																																																																																																																							
	Espinacas con pasas y piñones																																																																																																																																																																																																						
	Nuggets de Pavo (Caseros) /Fruta																																																																																																																																																																																																						
19	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		877,45																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Alubias blancas con verduras	35,01g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		298,93mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Pizza Colevisa	8,01mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
134,84g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta ECO	34,80g																																																																																																																																																																																																					
34,80g																																																																																																																																																																																																							
	Mazorca de maíz con sal																																																																																																																																																																																																						
	Revuelto de brócoli con queso /Fruta																																																																																																																																																																																																						
20	<b>DÍA MUNDIAL DE LA PAELLA</b> Tosta de hummus de garbanzos	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		987,87																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Ensalada completa con caballa	46,71g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		199,25mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Paella valenciana con pollo de campo	7,03mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
119,32g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	23,00g																																																																																																																																																																																																					
23,00g																																																																																																																																																																																																							
	Champiñones gratinados																																																																																																																																																																																																						
	Salmon al papillote /Fruta																																																																																																																																																																																																						
<table border="1"> <tr><td>23</td><td>Lechuga, tomate, maíz, pimiento, zanahoria, queso</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>898,16</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Lentejas con verduras y manzana</td><td>39,08g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>242,58mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Longanizas con tomate frito</td><td>9,90mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>101,52g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>38,01g</td></tr> <tr><td>38,01g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Patatas al gratén</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Revuelto de verduras /Fruta</td><td></td></tr> </table>	23	Lechuga, tomate, maíz, pimiento, zanahoria, queso	KCAL	E		898,16	PROT			1º	Lentejas con verduras y manzana	39,08g	CA			FE		242,58mg	2º	Longanizas con tomate frito	9,90mg	HDC			101,52g			LIP	Fruta	38,01g	38,01g				Patatas al gratén			Revuelto de verduras /Fruta		<table border="1"> <tr><td>24</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>938,18</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>26,44g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>120,73mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Bacaladilla enharinada con salsa tártara</td><td>4,20mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>102,38g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>46,92g</td></tr> <tr><td>46,92g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Hervido de verduras</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Tortilla de jamón york /Fruta</td><td></td></tr> </table>	24	Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria	KCAL	E		938,18	PROT			1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	26,44g	CA			FE		120,73mg	2º	Bacaladilla enharinada con salsa tártara	4,20mg	HDC			102,38g			LIP	Fruta	46,92g	46,92g				Hervido de verduras			Tortilla de jamón york /Fruta		<table border="1"> <tr><td>25</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>872,42</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Crema de puerros y zanahoria con tostones</td><td>30,96g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>113,46mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Alitas de pollo/ Inf. Contramuslo con patatas</td><td>5,31mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>94,44g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>42,46g</td></tr> <tr><td>42,46g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Habas rehogadas con ajos tiernos</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Hamburguesa de merluza /Fruta</td><td></td></tr> </table>	25	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL	E		872,42	PROT			1º	Crema de puerros y zanahoria con tostones	30,96g	CA			FE		113,46mg	2º	Alitas de pollo/ Inf. Contramuslo con patatas	5,31mg	HDC			94,44g			LIP	Fruta	42,46g	42,46g				Habas rehogadas con ajos tiernos			Hamburguesa de merluza /Fruta		<table border="1"> <tr><td>26</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>802,66</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Macarrones a la italiana con albahaca fresca</td><td>37,76g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>496,89mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Merluza a la provenzal con verduras</td><td>4,94mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>109,15g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Yogur Artesano</td><td>25,73g</td></tr> <tr><td>25,73g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Chips de boniato al horno</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td></td></tr> </table>	26	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		802,66	PROT			1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g	CA			FE		496,89mg	2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg	HDC			109,15g			LIP	Yogur Artesano	25,73g	25,73g				Chips de boniato al horno			Carne blanca /Fruta		<table border="1"> <tr><td>27</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>777,20</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Garbanzos con verduras</td><td>27,66g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>229,28mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tortilla francesa con pan, tomate y jamón</td><td>9,81mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>88,82g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta ECO</td><td>35,11g</td></tr> <tr><td>35,11g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Coliflor con patata</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Carne blanca magra /Fruta</td><td></td></tr> </table>	27	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		777,20	PROT			1º	Garbanzos con verduras	27,66g	CA			FE		229,28mg	2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg	HDC			88,82g			LIP	Fruta ECO	35,11g	35,11g				Coliflor con patata			Carne blanca magra /Fruta	
23	Lechuga, tomate, maíz, pimiento, zanahoria, queso	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		898,16																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Lentejas con verduras y manzana	39,08g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		242,58mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Longanizas con tomate frito	9,90mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
101,52g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	38,01g																																																																																																																																																																																																					
38,01g																																																																																																																																																																																																							
	Patatas al gratén																																																																																																																																																																																																						
	Revuelto de verduras /Fruta																																																																																																																																																																																																						
24	Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		938,18																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	26,44g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		120,73mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Bacaladilla enharinada con salsa tártara	4,20mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
102,38g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	46,92g																																																																																																																																																																																																					
46,92g																																																																																																																																																																																																							
	Hervido de verduras																																																																																																																																																																																																						
	Tortilla de jamón york /Fruta																																																																																																																																																																																																						
25	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		872,42																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Crema de puerros y zanahoria con tostones	30,96g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		113,46mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Alitas de pollo/ Inf. Contramuslo con patatas	5,31mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
94,44g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	42,46g																																																																																																																																																																																																					
42,46g																																																																																																																																																																																																							
	Habas rehogadas con ajos tiernos																																																																																																																																																																																																						
	Hamburguesa de merluza /Fruta																																																																																																																																																																																																						
26	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		802,66																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		496,89mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
109,15g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Yogur Artesano	25,73g																																																																																																																																																																																																					
25,73g																																																																																																																																																																																																							
	Chips de boniato al horno																																																																																																																																																																																																						
	Carne blanca /Fruta																																																																																																																																																																																																						
27	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		777,20																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Garbanzos con verduras	27,66g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		229,28mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
88,82g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta ECO	35,11g																																																																																																																																																																																																					
35,11g																																																																																																																																																																																																							
	Coliflor con patata																																																																																																																																																																																																						
	Carne blanca magra /Fruta																																																																																																																																																																																																						
<table border="1"> <tr><td>30</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, pimiento y zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>879,21</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td>Sopa de cocido</td><td>49,67g</td></tr> <tr><td>CA</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>FE</td><td></td><td>144,15mg</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Pavo al curry con patatas</td><td>7,79mg</td></tr> <tr><td>HDC</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>92,51g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>LIP</td><td>Fruta</td><td>41,15g</td></tr> <tr><td>41,15g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Wok de verduras</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Gambas salteadas con setas /Fruta</td><td></td></tr> </table>	30	Lechuga, tomate, aceitunas, pimiento y zanahoria	KCAL	E		879,21	PROT			1º	Sopa de cocido	49,67g	CA			FE		144,15mg	2º	Pavo al curry con patatas	7,79mg	HDC			92,51g			LIP	Fruta	41,15g	41,15g				Wok de verduras			Gambas salteadas con setas /Fruta																																																																																																																																																																	
30	Lechuga, tomate, aceitunas, pimiento y zanahoria	KCAL																																																																																																																																																																																																					
E		879,21																																																																																																																																																																																																					
PROT																																																																																																																																																																																																							
1º	Sopa de cocido	49,67g																																																																																																																																																																																																					
CA																																																																																																																																																																																																							
FE		144,15mg																																																																																																																																																																																																					
2º	Pavo al curry con patatas	7,79mg																																																																																																																																																																																																					
HDC																																																																																																																																																																																																							
92,51g																																																																																																																																																																																																							
LIP	Fruta	41,15g																																																																																																																																																																																																					
41,15g																																																																																																																																																																																																							
	Wok de verduras																																																																																																																																																																																																						
	Gambas salteadas con setas /Fruta																																																																																																																																																																																																						