

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>Festivo</p> <p>2</p>	<p>Festivo</p> <p>3</p>	<p>Festivo</p> <p>4</p>	<p>Festivo</p> <p>5</p>	<p>Festivo</p> <p>6</p>
<p>Pasta hervida Filete de merluza al horno Fruta de temporada</p> <p>09</p>	<p>Crema de zanahoria Pechuga de pollo al limón Fruta de temporada</p> <p>10</p>	<p>Arroz blanco al horno Filete de abadejo al vapor Fruta de temporada</p> <p>11</p>	<p>Sopa de ave con fideos Muslo de pollo rustido al horno Fruta de temporada</p> <p>12</p>	<p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla francesa Fruta de temporada</p> <p>13</p>
<p>Crema de patata y zanahoria Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada</p> <p>16</p>	<p>Pasta hervida Filete de merluza al horno Fruta de temporada</p> <p>17</p>	<p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Muslo de pollo asado al horno Fruta de temporada</p> <p>18</p>	<p>Arroz hervido Fiambre de york y queso Yogur natural</p> <p>19</p>	<p>Crema de patata Tortilla francesa Fruta de temporada</p> <p>20</p>
<p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Pechuga de pollo en su jugo Fruta de temporada</p> <p>23</p>	<p>Pasta hervida Filete de abadejo al limón al horno Fruta de temporada</p> <p>24</p>	<p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla francesa Fruta de temporada</p> <p>25</p>	<p>Arroz blanco al horno Fiambre de york y queso Yogur natural</p> <p>26</p>	<p>Sopa de ave con estrellitas Muslo de pollo al horno Fruta de temporada</p> <p>27</p>
<p>Crema de patata Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada</p> <p>30</p>	<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>			

Actividades did@ctiX

Sabías que...

En IRCO, todos los días más Sostenibles. Todos los días, PAN.ECO.

SEPTIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, plátano, pera y ciruela

Consejos saludables

¡Bienvenidos de nuevo! Este nuevo curso vamos a aprovecharlo para probar y saborear diversos alimentos, con muchos colores y aromas para aportar una gran gama de nutrientes a nuestro cuerpo.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta en tu centro.