

SETEMBRE

DILLUNS

8

Arròs a la cubana

Abadejo al forn

Amanida (encisam, tomaca i olives)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Salmó amb crema gelà de meló i pepino

600 53 23 36

DIMARTS

9



Puné de verdures

Croquetes d'abadejo

Amanida (encisam, tomaca i dacsa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Nuggets de pollastre i carabasseta amb formatge

751 59 31 10

DIMECRES

10



Amanida especial amb ou dur i tonyina

Fideuà de peix i calamaret

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Salmonejo amb ou

647 60 17 22

DIJOUS

11



Sopa de pollastre amb fideus

Pilotes en salsa

Amanida (encisam, tomaca, remolatxa)

PROPOSTA SOPAR: Gallineta amb salsa verda

612 52 26 9

DIVENDRES

12



Fesols ECO amb verdures ECO

Truita de tonyina

Amanida (encisam, tomaca i dacsa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Bastons d'albergina al forn amb farina de cigrò i peixuga

535 59 17 33



15

Amanida (encisam, tomaca i carlota)

Crema de xampinyons

Hamburguesa de pollastre

Lacti

PROPOSTA SOPAR: Vedell rebossada saludablement

648 45 21 30



16

Tallarins napolitans

Aletes de pollastre al forn

Amanida (encisam, tomaca i dacsa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Mero amb verdura

544 69 29 27



17

Amanida especial amb tonyina i formatge

Paello valenciana amb bacallà i fesols

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Pastís de verdures i ou

687 84 26 16



18

Amanida de dentilles ECO

lluç al forn amb salsa verda

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Coquetes de dacsa farcides de tomaca, ou i bacallà

504 57 13 43



22

Guisat de creïlles i rap

Truita de formatge

Amanida (Encisam, tomaca i carlota)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Llom amb pimentons verds

598 30 35 30



23

Crema de carabasseta ECO

Pollastre al forn

Amanida (encisam, tomaca, carlota)

Lacti

PROPOSTA SOPAR: Guisat de peix

600 50 23 36



24

Amanida especial amb tonyina i formatge

Arròs a banda amb sèpia i calamaret

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Nuggets cassolans i crema d'advocat

698 60 17 29



25

Potatge de cigrons ECO amb verdures ECO

Llonganissa

Amanida (encisam, tomaca, remolatxa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Crema de verdures i peix blau

700 52 31 23



26

Macarrons amb tonyina

Abadejo al forn

Amanida (encisam, tomaca, dacsa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Piza cassolana saludable

745 59 33 48

Llegenda

Kcal HdC Grasa Prot

LUNES

8

Aroz a la cubana

Abadejo al horno

Ensalada (lechuga, tomate y aceitunas)

Fruta

PROPUESTA CENA: Salmón con crema fría de melón y pepino

600 53 23 36

MARTES

9



Puré de verduras

Croquetas de bacalao

Ensalada (lechuga, tomate y maíz)

Fruta

PROPUESTA CENA: Nuggets de pollo y calabacín con queso

751 59 31 10

MIÉRCOLES

10



Ensalada especial con huevo duro y atún

Fideuá de pescado y calamar

Fruta

PROPUESTA CENA: Salmoneo con huevo

647 60 17 22

JUEVES

11



Sopa de pollo con fideos

Albóndigas en salsa

Ensalada (lechuga, tomate, remolacha)

Fruta

PROPUESTA CENA: Gallineta con salsa verde

612 52 26 9

VIERNES

12



Judías ECO con verduras ECO

Tortilla de atún

Ensalada (lechuga, tomate y maíz)

Fruta

PROPUESTA CENA: Bastones de berenjena al horno con harina de garbanzo y pechuga

535 59 17 33



15

Ensalada (lechuga, tomate y zanahoria)

Crema de champiñones

Hamburguesa de pollo

Lácteo

PROPUESTA CENA: Ternero rebozado saludablemente

648 45 21 30



16

Tallarines napolitanos

Alitas de pollo al horno

Ensalada (lechuga, tomate y maíz)

Fruta

PROPUESTA CENA: Merluza con verdura

544 69 29 27



17

Ensalada especial con atún y queso

Paella valenciana con judías y alubias

Fruta

PROPUESTA CENA: Pastel de verduras y huevo

687 84 26 16



18

Ensalada de lentejas ECO

Merluza al horno con salsa verde

Fruta

PROPUESTA CENA: Tortitas de maíz rellenas de tomate, huevo y caballa

504 57 13 43



19

Cocido valenciano (zanahoria, calabaza, alubias)

Lomo con guarnición de verduras

Fruta

PROPUESTA CENA: Hamburguesa de merluza y bonito al horno

637 45 26 24



22

Guiso de guisantes y rape

Tortilla de queso

Ensalada (lechuga, tomate y zanahoria)

Fruta

PROPUESTA CENA: Lomo con pimientos verdes

598 30 35 30



23

Crema de calabacín ECO

Pollo al horno

Ensalada (lechuga, tomate y zanahoria)

Lácteo

PROPUESTA CENA: Guiso de pescado

600 50 23 36



24

Ensalada especial con atún y queso

Aroz a banda con sepia y calamar

Fruta

PROPUESTA CENA: Nuggets caseros y crema de aguacate

698 60 17 29

25

Potaje de garbanzos ECO con verduras

Longaniza

Ensalada (lechuga, tomate, remolacha)

Fruta

PROPUESTA CENA: Crema de verduras y pescado azul

700 52 31 23



26

Macarrones con atún

Bacalao al horno

Ensalada (lechuga, tomate y maíz)

Fruta

PROPUESTA CENA: Pízza casera saludable

745 59 33 48

Leyenda

Kcal HdC Grasa Prot

DILLUNS



29

Dentilles ECO amb verdures ECO

Tonyina en salsa

Amanida (enciam, tomaca i carlota)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Carabasseta farcida de soja texturitzada

737 55 26 31

DIMARTS



30

Quinoa amb verdures

Truita de creïlles

Amanida (enciam, tomaca i olives)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Lluç amb pisto

670 65 33 23

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Llegenda

Kcal HdC Grasa Prot



LUNES



29

Lentejas ECO con verduras ECO

Atún en salsa

Ensalada (lechuga, tomate y zanahoria)

Fruta

PROPUESTA CENA: Calabacín relleno de soja texturizada

737 55 26 31

MARTES



30

Quinoa con verduras

Tortilla de patata

Ensalada (lechuga, tomate y aceitunas)

Fruta

PROPUESTA CENA: Merluza con pisto

670 65 33 23

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Leyenda

Kcal HdC Grasa Prot

