

## FEBRER

### DILLUNS



2

Fesols ECO amb verdures ECO

Truita de York

Amarida (enciam, tomaca i carlota)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Salmó amb salsa de bolets

535 59 17 33



9

Amarida (Enciam, tomaca, dacsa)

Macarrons a la napolitana

Croquetes d'abadejo

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Guisadet amb tofu

745 59 33 48



16

Llenties ECO amb verdures

Llenguada al forn

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Truita d'albergina i formatge fresc a la planxa

504 57 13 43

### DIMARTS

3

Vichyssoise (crema de porros)

Pollastre a la jardineria amb pesols i carlota

Amarida (enciam, tomaca i olives)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Crepe de fruita farcit d'alcavot i formatge

701 59 19 18



10

Amarida de llenties

Truita de creïlles

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Nuggets catalans amb hummus

612 70 30 19

17

Potatge de cigrons ECO amb verdures ECO

Llonganissa

Amarida (enciam, tomaca, remolatxa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Guisadet de peix

700 52 31 23

### DIMECRES



4

Àmarida especial amb formatge i tonyina

Fideuà de peix i calamaret

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Broquetes de bitol i verdura

647 60 17 22



11

Àmarida especial amb ou dur i tonyina

Paella valenciana amb fesols i bodega

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Crema de carbasseta amb pernil

687 84 26 16



18

Amarida especial amb tonyina i ou dur

Arròs a banda amb calamaret

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Carbasseta farcida de soja texturitzada

698 60 17 29

### DIJOUS



5

Sopa de pollastre amb fideus

Palometa al forn

Amarida (enciam, tomaca, remolatxa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Truita de creïlles i crema de verdures

587 52 19 9



12

Crema de carbasseta ECO

Abajo al forn

Àmarida (enciam, tomaca, carlota)

Lacti

PROPOSTA SOPAR: Hamburguesa de vedella i amarida de cherries

590 45 28 12



19

Ballit valencià (Carlota, creïlla, bodega)

Llamb amb piñto de verdures

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Dorada al forn amb ceba i creïlles

637 45 26 24

### DIVENDRES



6

Guisadet de rap

Truita de formatge

Amarida (Enciam, tomaca i carlota)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Pizza casolana

590 26 35 30

13

Cigrons ECO amb espinacs

Aletes de pollastre

Amarida (enciam, tomaca i dacsa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Caballa amb salsa de tomaca

700 52 31 23

20

Punó de verdures

Pollastre al forn

Amarida (enciam, tomaca i dacsa)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Bajoquetes amb pernil, ou i tomaca

721 59 21 18

### Llegenda

Kcal HdC Grasa Prot



## LUNES



2

Judías ECO con verduras ECO

Tortilla de York

Ensalada (lechuga, tomate y zanahoria)

Fruta

PROPUESTA CENA: Salmón con salsa de sietas

535 59 17 33



9

Ensalada (Lechuga, tomate, maíz)

Macarrones a la napolitana

Croquetas de bacalao

Fruta

PROPUESTA CENA: Guiso con tofu

745 59 33 48



16

Lentejas ECO con verduras

Lenguado al horno

Fruta

PROPUESTA CENA: Tortilla de calabacín y queso fresco a la plancha

504 57 13 43

## MARTES

3

Vichyssoise (crema de puerros)

Pallo a la jardinera con guisantes y zanahoria

Ensalada (lechuga, tomate y olivos)

Fruta

PROPUESTA CENA: Crepe de tortilla relleno de aguacate y queso

701 59 19 18



10

Ensalada de lentejas

Tortilla de patatas

Fruta

PROPUESTA CENA: Nuggets caseros con hummus

612 70 30 19

## MIÉRCOLES



4

Ensalada especial con queso y atún

Fideuà de pescado y calamar

Fruta

PROPUESTA CENA: Brochetas de pavo y verdura

647 60 17 22



11

Ensalada especial con huevo duro y atún

Paella valenciana con judías y bajorca

Fruta

PROPUESTA CENA: Crema de calabaza con jamón

687 84 26 16



18

Ensalada especial con atún y huevo duro

Aroz a banda con calamar

Fruta

PROPUESTA CENA: Calabacín relleno de soja texturizada

698 60 17 29

## JUEVES



5

Sopa de pollo con fideos

Palometa al horno

Ensalada (lechuga, tomate, remolacha)

Fruta

PROPUESTA CENA: Tortilla de patatas y crema de verduras

587 52 19 9



12

Crema de calabacín ECO

Bacalao al horno

Ensalada (lechuga, tomate, zanahoria)

Lácteo

PROPUESTA CENA: Hamburguesa de ternera y ensalada de cherries

590 45 28 12



19

Hervido valenciano (Zanahoria, patata, judías)

Lomo con pinto de verduras

Fruta

PROPUESTA CENA: Dorada al horno con cebolla y patatas

637 45 26 24

## VIERNES



6

Guiso de rape

Tortilla de queso

Ensalada (Lechuga, tomate y zanahoria)

Fruta

PROPUESTA CENA: Pízza casera

590 26 35 30

13

Garbanzos ECO con espinacas

Alitas de pollo

Ensalada (lechuga, tomate y maíz)

Fruta

PROPUESTA CENA: Caballo con salsa de tomate

700 52 31 23

20

Puré de verduras

Pallo al horno

Ensalada (lechuga, tomate y maíz)

Fruta

PROPUESTA CENA: Judías con jamón, huevo y tomate

721 59 21 18

### Leyenda

Kcal HdC Grasa Prot



## FEBRER

### DILLUNS



23

Putxero : sopa, carn, pilotes, verdures i cigrons

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Sardines i verdura al forn

554 56 7 38

### DIMARTS



24

Crema de carbassa ECO i carlota ECO

Baquerons en tempura

Amanida (Encisam, tomaca i carlota)  
Fruita

PROPOSTA SOPAR: Llom i creïlles al forn

560 57 23 23

### DIMECRES



25

Amanida especial amb tonyina i formatge

Arròs al forn amb cigrons i castelles

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Seitán amb saltat d'espàrregi i alls tendres

734 70 16 26

### DIJOUS



26

Amanida (Encisam, tomaca i dacsa)

Crema de xampinyons

Truita de tonyina

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Pih de pollastre i carbassa torrada

495 40 35 28

### DIVENDRES



27

Arròs a la cubana

Hamburguesa de pollastre

Amanida (encisam, tomaca i olives)

Fruita

PROPOSTA SOPAR: Salmó al forn i crema de verdures

698 60 17 29

#### Legenda

Kcal HdC Grasa Prot



## FEBRERO

### LUNES



23

Puchero: sopa, carne, patatas, verduras y garbanzos

Fruta

PROPUESTA CENA: Sardinias y verdura al horno

554 56 7 38

### MARTES



24

Crema de calabaza ECO y zanahoria ECO

Boquerones en tempura

Ensalada (Lechuga, tomate y zanahoria)

Fruta

PROPUESTA CENA: Lomo y patatas al horno

560 57 23 23

### MIÉRCOLES



25

Ensalada especial con atún y queso

Arroz al horno con garbanzos y castañetes

Fruta

PROPUESTA CENA: Seitán con salteado de espárragos y ajas tiernas

734 70 16 26

### JUEVES



26

Ensalada (Lechuga, tomate y maíz)

Crema de champiñones

Tortilla de atún

Fruta

PROPUESTA CENA: Pechuga de pollo y calabaza asada

495 40 35 28

### VIERNES



27

Arroz a la cubana

Hamburguesa de pollo

Ensalada (lechuga, tomate y olivas)

Fruta

PROPUESTA CENA: Salmón al horno y crema de verduras

698 60 17 29

#### Legenda

Kcal HdC Grasa Prot

