

MAYO

LA FIESTA DE LOS SABORES

Ensalada del vaquero viajero
(ensalada de col)

irco
alimentar cuidando

Mac&Cheese
(macarrones integrales con salsa de queso)

Alitas Súper Ruta 66
(Alitas de pollo rustidas a la barbacoa)

Batido del tío Sam



ABJota, agradecida por todo lo que ha aprendido sobre alimentos saludables, organiza una **fiesta llena de deliciosos y nutritivos sabores**. Al compartir su conocimiento con sus amigos, siente gratitud por **la riqueza que la naturaleza le ofrece** y por la oportunidad de disfrutar de una **vida más saludable**.



ircosl.com

MAIG

LA FESTA DELS SABORS

irco
alimentar cuidando

Amanida del vaquer viatger
(amanida de col)

Mac&Cheese
(macarrons integrals amb salsa de formatge)

Aletes Súper Ruta 66
(Aletes de pollastre rostides a la barbacoa)

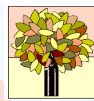
Batut de l'oncle Sam



ABJota, agraïda per tot el que ha après sobre aliments saludables, organitza una **festa plena de deliciosos i nutritius sabors**. En compartir el seu coneixement amb els seus amics, sent gratitud per **la riquesa que la naturalesa li oferix** i per l'oportunitat de gaudir d'una **vida més saludable**.



ircosl.com



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1 Festivo
04 Lechuga, olivas, maíz Lentejas juliana con verduras Filete de abadejo al caldo corto al horno Fruta de temporada	05 Hummus de garbanzos Crema de coliflor con patata, coliflor y cebolla Alitas de pollo al ajillo al horno Fruta de temporada	06 . Ensalada con espinacas y atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz Arroz del senyoret con merluza y marisco Yogur artesano	07 Lechuga, zanahoria, olivas Cassoulet de alubias con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada	08 Lechuga, remolacha, maíz Macarrones integrales al pesto de albahaca con tomate Salmón en su jugo al horno Fruta de temporada
11 Lechuga, maíz, olivas Crema de guisantes Longanizas de ave en salsa lionesa al horno en salsa de cebolla Fruta de temporada	12 Lechuga, zanahoria, maíz Brócoli paraíso salteado con patata, ajo y perejil Guisado de patatas con magro con hortalizas Fruta de temporada	13 Lechuga, remolacha, pepino Espaguetis integrales a la provenza Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta de temporada	14 Lechuga, olivas, maíz Estofado de garbanzos con verduras Muslo de pollo en salsa al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada	15 Lechuga, tomate, zanahoria Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata Fruta de temporada
18 Lechuga, olivas, maíz Lentejas con verduras Lomo en salsa al horno Fruta de temporada	19 Lechuga, zanahoria, maíz Arroz con verduras de temporada con calabacín, champiñón, zanahoria Abadejo al horno sobre crema de guisantes con salsa y guisantes Fruta de temporada	20 Hummus de garbanzos Crema de zanahoria y remolacha Muslo de pollo al chilindrón al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada	21 . Ensalada valenciana con atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Macarrones integrales con salmón Yogur	22 Lechuga, tomate, zanahoria Alubias a la jardinera con verduras Tortilla de patata y cebolla Fruta de temporada
25 Lechuga, zanahoria, olivas Vichysoisse tradicional crema de patata y puerro Hamburguesa de ave con pisto al horno Fruta de temporada	26 Lechuga, zanahoria, maíz Estofado de garbanzos con verduras Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil Fruta de temporada	27 . Ensalada variada lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas y atún Arroz con pollo Fruta de temporada	28 Lechuga, tomate, olivas Ensalada de lentejas con cebolla, zanahoria, atún Tortilla de patata Fruta de temporada	29 Lechuga, pepino, zanahoria Macarrones integrales napolitana con hortalizas Alitas de pollo asado al horno Batido del tío Sam yoco de fresa



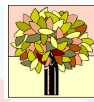
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera, naranja y plátano. Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				1
<p>04 Lletuga, olives, dacsca Lenties juliana amb verdures Filet d'abadejo al caldo curt al forn Fruita de temporada</p>	<p>05 Hummus de cigrons Crema de coliflor amb creïlla, floricol i ceba Alitas de pollastre a l'all al forn Fruita de temporada</p>	<p>06 Amanida amb espinacs i tonyina encisam, tomaca, carlota, dacsca 03 Arròs del senyore amb lluç i marisc logurt artesà</p>	<p>07 Lletuga, safanòria, olives Cassoulet de fesols amb verdures Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada</p>	<p>08 Lletuga, remolatxa, dacsca 03 Macarrons integrals al pesto d'alfabega amb tomaca 03 Salmó al seu suc al forn Fruita de temporada</p>
<p>11 Lletuga, dacsca, olives Crema de pèsols Llonganisses d'au amb salsa lionesa al forn amb salsa de ceba Fruita de temporada</p>	<p>12 Lletuga, safanòria, dacsca Bròquil paradís saltat amb poma, all i julivert Guisat de creïlles amb magre amb hortalisses Fruita de temporada</p>	<p>13 Lletuga, remolatxa, cogombre 03 Espaguetis integrals a la provença Filet de lluç en salsa verda al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p>	<p>14 Lletuga, olives, dacsca Estofat de cigrons amb verdures Cuixa de pollastre en salsa al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada</p>	<p>15 Lletuga, tomaca, safanòria Arròs amb salsa de tomaca Truita de creïlles Fruita de temporada</p>
<p>18 Lletuga, olives, dacsca Lentilles amb verdures Llom amb salsa al forn Fruita de temporada</p>	<p>19 Lletuga, safanòria, dacsca Arròs en verdures de temporada amb carabasseta, xampinyó, safanòria Abadejo al forn sobre crema de pèsols amb salsa i pèsols Fruita de temporada</p>	<p>20 Hummus de cigrons Crema de safanòria i remolatxa Cuixa de pollastre al xilindró al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada</p>	<p>21 Amanida valenciana amb tonyina lletuga, tomaca, safanòria, dacsca i olives 03 Macarrons integrals amb salmó logurt</p>	<p>22 Lletuga, tomaca, safanòria Fesols a la jardinera amb verdures Truita de creïlla i ceba Fruita de temporada</p>
<p>25 Lletuga, safanòria, olives Vichysoisse tradicional crema de creïlla i porro Hamburguesa d'au amb samfaina al forn Fruita de temporada</p>	<p>26 Lletuga, safanòria, dacsca Estofat de cigrons amb verdures Filet de lluç en salsa meri al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p>	<p>27 Amanida variada lletuga, tomaca, safanòria, dacsca, olives i tonyina Arròs amb pollastre Fruita de temporada</p>	<p>28 Lletuga, tomaca, olives 03 Amanida de lentilles amb ceba, safanòria, tonyina Truita de creïlles Fruita de temporada</p>	<p>29 Lletuga, cogombre, safanòria Macarrons integrals napolitana amb hortalisses Aletes de pollastre torrat al forn 03 Batut de l'oncle Sam loc de maduixa</p>



SABIES QUE

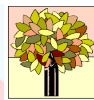
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1 Festivo
<p>04 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de abadejo al caldo corto al horno Fruta de temporada</p>	<p>05 Hummus de garbanzos Crema de coliflor con patata, coliflor y cebolla Alitas de pollo al ajillo al horno Fruta de temporada</p>	<p>06 . Ensalada con espinacas y atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz Arroz del senyoret al horno con merluza y marisco Yogur artesano</p>	<p>07 Lechuga, zanahoria, olivas Cassoulet de alubias con verduras Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada</p>	<p>08 Lechuga, remolacha, maíz Macarrones integrales al pesto de albahaca con tomate Salmón en su jugo al horno Fruta de temporada</p>
<p>11 Lechuga, maíz, olivas Crema de guisantes Longanizas de ave en salsa lionesa al horno en salsa de cebolla Fruta de temporada</p>	<p>12 Lechuga, zanahoria, maíz Brócoli paraíso salteado con patata, ajo y perejil Guisado de patatas con magro con hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>13 Lechuga, remolacha, pepino Espaguetis integrales a la provenza Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>14 Lechuga, olivas, maíz Estofado de garbanzos con verduras Muslo de pollo en salsa al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata Fruta de temporada</p>
<p>18 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Lomo en salsa al horno Fruta de temporada</p>	<p>19 Lechuga, zanahoria, maíz Arroz con verduras de temporada con calabacín, champiñón, zanahoria Abadejo al horno sobre crema de guisantes con salsa y guisantes Fruta de temporada</p>	<p>20 Hummus de garbanzos Crema de zanahoria y remolacha Muslo de pollo al chilindrón al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>21 . Ensalada valenciana con atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Macarrones integrales con salmón Yogur</p>	<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria Alubias a la jardinera con verduras Tortilla de patata y cebolla Fruta de temporada</p>
<p>25 Lechuga, zanahoria, olivas Vichysoisse tradicional crema de patata y puerro Hamburguesa de ave con pisto al horno Fruta de temporada</p>	<p>26 Lechuga, zanahoria, maíz Estofado de garbanzos con verduras Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>27 . Ensalada variada lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas y atún Arroz con pollo Fruta de temporada</p>	<p>28 Lechuga, tomate, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla de patata Fruta de temporada</p>	<p>29 Lechuga, pepino, zanahoria Macarrones integrales napolitana con hortalizas Alitas de pollo asado al horno Batido del tío Sam yoco de fresa</p>



SABÍAS QUE

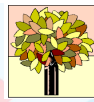
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera, naranja y plátano. Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				1 Festiu
04 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Filet d'abadejo al caldo curt al forn Fruita de temporada	05 Hummus de cigrons Crema de coliflor amb creïlla, floricol i ceba Alitas de pollastre a l'all al forn Fruita de temporada	06 . Amanida amb espinacs i tonyina encisam, tomaca, carlota, dacsa 🐟 Arròs del senyore amb lluç i marisc logurt artesà	07 Lletuga, safanòria, olives Cassoulet de fesols amb verdures Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada	08 Lletuga, remolatxa, dacsa 🐟 Macarrons integrals al pesto d'alfabega amb tomaca 🕒 Salmó al seu suc al forn Fruita de temporada
11 Lletuga, dacsa, olives Crema de pèsols Llonganisses d'au amb salsa lionesa al forn amb salsa de ceba Fruita de temporada	12 Lletuga, safanòria, dacsa Bròquil paradís saltat amb poma, all i julivert Guisat de creïlles amb magre amb hortalisses Fruita de temporada	13 Lletuga, remolatxa, cogombre 🐟 Espaguetis integrals a la provença Filet de lluç en salsa verda al forn amb all i julivert Fruita de temporada	14 Lletuga, olives, dacsa Estofat de cigrons amb verdures Cuixa de pollastre en salsa al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada	15 Lletuga, tomaca, safanòria Arròs amb salsa de tomaca Truita de creïlles Fruita de temporada
18 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Llom amb salsa al forn Fruita de temporada	19 Lletuga, safanòria, dacsa Arròs en verdures de temporada amb carabasseta, xampinyó, safanòria Abadejo al forn sobre crema de pèsols amb salsa i pèsols Fruita de temporada	20 Hummus de cigrons Crema de safanòria i remolatxa Cuixa de pollastre al xilindró al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada	21 . Amanida valenciana amb tonyina lletuga, tomaca, safanòria, dacsa i olives 🐟 Macarrons integrals amb salmó logurt	22 Lletuga, tomaca, safanòria Fesols a la jardinera amb verdures Truita de creïlla i ceba Fruita de temporada
25 Lletuga, safanòria, olives Vichysoisse tradicional crema de creïlla i porro Hamburguesa d'au amb samfaina al forn Fruita de temporada	26 Lletuga, safanòria, dacsa Estofat de cigrons amb verdures Filet de lluç en salsa meri al forn amb all i julivert Fruita de temporada	27 . Amanida variada lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, olives i tonyina Arròs amb pollastre Fruita de temporada	28 Lletuga, tomaca, olives Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Truita de creïlles Fruita de temporada	29 Lletuga, cogombre, safanòria Macarrons integrals napolitana amb hortalisses Aletes de pollastre torrat al forn ★ Batut de l'oncle Sam loc de maduixa



SABIES QUE

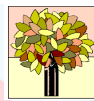
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

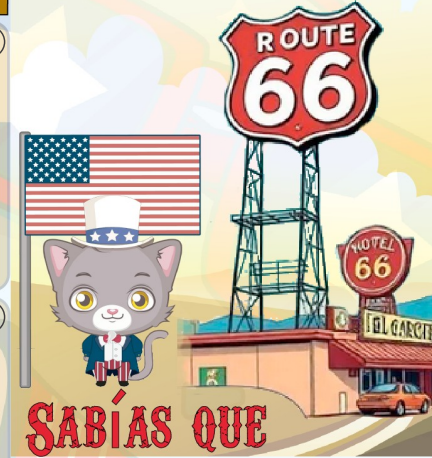
CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Dia menú temático
- Dia susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1
<p>04 Lechuga, olivas, maíz Pasta hervida Filete de abadejo al caldo corto al horno Fruta de temporada</p>	<p>05 Hummus de garbanzos con nachos Crema de patata Alitas de pollo asado al horno Fruta de temporada</p>	<p>06 Arroz hervido Pechuga de pollo en su jugo Yogur artesano</p>	<p>07 Lechuga, zanahoria, olivas Crema de espinacas Tortilla francesa Fruta de temporada</p>	<p>08 Lechuga, remolacha, maíz Pasta hervida Salmón en su jugo al horno Fruta de temporada</p>
<p>11 Lechuga, maíz, olivas Crema de patata Pechuga de pollo en su jugo Fruta de temporada</p>	<p>12 Lechuga, zanahoria, maíz Crema de champiñón Lomo rustido al horno Fruta de temporada</p>	<p>13 Lechuga, remolacha, pepino Espaguetis hervida Filete de merluza al horno Fruta de temporada</p>	<p>14 Lechuga, olivas, maíz Crema de espinacas Muslo de pollo rustido al horno Fruta de temporada</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria Arroz hervido Tortilla francesa Fruta de temporada</p>
<p>18 Lechuga, olivas, maíz Pasta hervida Lomo asado al horno Fruta de temporada</p>	<p>19 Lechuga, zanahoria, maíz Arroz hervido Filete de abadejo al vapor Fruta de temporada</p>	<p>20 Hummus de garbanzos con tosta Crema de patata Muslo de pollo al horno Fruta de temporada</p>	<p>21 Pasta hervida Pechuga de pollo en su jugo Yogur</p>	<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria Crema de champiñón Tortilla francesa Fruta de temporada</p>
<p>25 Lechuga, zanahoria, olivas Crema de patata Pechuga de pollo al limón al horno Fruta de temporada</p>	<p>26 Lechuga, zanahoria, maíz Pasta hervida Filete de merluza al caldo corto al horno Fruta de temporada</p>	<p>27 Arroz hervido Lomo asado al horno Fruta de temporada</p>	<p>28 Lechuga, tomate, olivas Crema de espinacas Tortilla francesa Fruta de temporada</p>	<p>29 Ensalada del vaquero viajero ensalada de col Pasta hervida Alitas de pollo asado al horno Batido del tío Sam yoco de fresa</p>



SABÍAS QUE

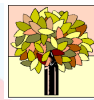
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera, naranja y plátano. Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				1
<p>04 Lletuga, olives, dacsa Pasta bollida Filet d'abadejo al caldo curt al forn Fruita de temporada</p>	<p>05 Hummus de cigrons amb nachos Crema de creïlla Aletes de pollastre torrat al forn Fruita de temporada</p>	<p>06 Arròs bollit Pit de pollastre en el seu suc logurt artesà</p>	<p>07 Lletuga, safanòria, olives Crema d'espínacs Truita francesa Fruita de temporada</p>	<p>08 Lletuga, remolatxa, dacsa Pasta bollida 09 Salmó al seu suc al forn Fruita de temporada</p>
<p>11 Lletuga, dacsa, olives Crema de creïlla Pit de pollastre en el seu suc Fruita de temporada</p>	<p>12 Lletuga, safanòria, dacsa Crema de xampinyó Llom rostit al forn Fruita de temporada</p>	<p>13 Lletuga, remolatxa, cogombre Espaguetis bollida Filet d lluç al forn Fruita de temporada</p>	<p>14 Lletuga, olives, dacsa Crema d'espínacs Cuixa de pollastre rostit al forn Fruita de temporada</p>	<p>15 Lletuga, tomaca, safanòria Arròs bollit Truita francesa Fruita de temporada</p>
<p>18 Lletuga, olives, dacsa Pasta bollida Llom torrat al forn Fruita de temporada</p>	<p>19 Lletuga, safanòria, dacsa Arròs bollit Filet d'abadejo al vapor Fruita de temporada</p>	<p>20 Hummus de cigrons amb tosta Crema de creïlla Cuixa de pollastre al forn Fruita de temporada</p>	<p>21 Pasta bollida Pit de pollastre en el seu suc logurt</p>	<p>22 Lletuga, tomaca, safanòria Crema de xampinyó Truita francesa Fruita de temporada</p>
<p>25 Lletuga, safanòria, olives Crema de creïlla Pit de pollastre a la llima al forn Fruita de temporada</p>	<p>26 Lletuga, safanòria, dacsa Pasta bollida Filet de lluç al caldo curt al forn Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs bollit Llom torrat al forn Fruita de temporada</p>	<p>28 Lletuga, tomaca, olives Crema d'espínacs Truita francesa Fruita de temporada</p>	<p>29 ★ Ensalada del vaquer viatger amanida de col Pasta bollida Aletes de pollastre torrat al forn ★ Batut de l'oncle Sam loc de maduixa</p>



SABIES QUE

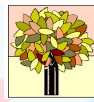
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1
<p>Lechuga, olivas, maíz</p> <p>04 Guisado de lentejas ECO juliana con hortalizas</p> <p>Bacalao rebozado</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>05 Hummus de garbanzos con nachos</p> <p>Crema de coliflor con patata, coliflor y cebolla</p> <p>Alitas de pollo al ajillo al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>06 Ensalada con espinacas y atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo</p> <p>Arroz de rape, gamba y brotes de ajo</p> <p>Yogur artesano</p>	<p>07 Cassoulet de alubias con patata, zanahoria y cebolla</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>08 Macarrones integrales al pesto de albahaca con salsa de tomate</p> <p>09 Salmón al horno con salsa de soja, miel y limón</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, maíz, olivas</p> <p>11 Crema de guisantes y pera</p> <p>Longanizas de ave al horno con salsa lionesa al horno con salsa de cebolla casera</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>12 Lechuga, zanahoria, maíz</p> <p>Pastel de brócoli con puerro y cebolla</p> <p>Pollo en adobo al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>13 Lechuga, remolacha, pepino</p> <p>Espaguetis integrales a la provenza</p> <p>Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>14 Lechuga, olivas, maíz</p> <p>Estofado de garbanzos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Muslo de pollo al curry con manzana al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, olivas, maíz</p> <p>18 Dhal de lentejas ECO con verduras y especias</p> <p>Pollo en salsa con cous cous</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>19 Lechuga, zanahoria, maíz</p> <p>Arroz con verduras con champiñón, coliflor y calabacín</p> <p>Filete de abadejo con muselina de guisantes al horno con ajo y perejil</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>20 Hummus de garbanzos con tosta</p> <p>Crema de remolacha con zanahoria</p> <p>Muslo de pollo al chilindrón al horno con pimiento y salsa de hortalizas casera</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>21 Ensalada valenciana con huevo con lechuga, tomate, maíz, zanahoria y olivas</p> <p>Macarrones integrales con salmón</p> <p>Yogur</p>	<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Alubias a la jardinera con verduras</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, olivas</p> <p>25 Vichysoisse crema de patata y puerro</p> <p>Hamburguesa de ave al horno con pisto mallorquín al horno en salsa de tomate y hortalizas</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>26 Lechuga, zanahoria, maíz</p> <p>Garbanzos con tomate al tomillo</p> <p>Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>27 Tosta con queso y tomate</p> <p>Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>28 Lechuga, tomate, olivas</p> <p>Ensalada de lentejas ECO con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>29 Ensalada del vaquero viajero ensalada de col</p> <p> Mac & Cheese macarrones integrales con salsa de queso</p> <p> Alitas súper Ruta 66 alitas de pollo rustidas a la barbacoa casera (mix de especias)</p> <p> Batido del tío Sam yoco de fresa</p>



SABÍAS QUE

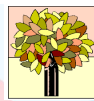
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera, naranja y plátano. Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				1
<p>Lletuga, olives, dacsa ecor Guisat de llentilles ECO juliana amb hortalisses Bacallà arrebossat Fruita de temporada</p>	<p>04 05 Hummus de cigrons amb nachos Crema de floricol amb creïlla, floricol i ceba Alitas de pollastre amb alls al forn Fruita de temporada</p>	<p>06 Amanida amb espinacs i tonyina encisam, tomaca, carlota, dacsa i ou Arròs de rap, gamba i brots d'all logurt artesà</p>	<p>07 Lletuga, safanòria, olives 08 Cassoulet de fesols amb patata, safanòria i ceba Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada</p>	<p>08 Lletuga, remolatxa, dacsa Macarrons integrals al pesto d'alfabega amb salsa de tomaca 09 Salmó al forn amb salsa de soja, mel i llima Fruita de temporada</p>
<p>Lletuga, dacsa, olives 10 Crema de pèsols i pera Llonganisses d'au al forn amb salsa lionesa al forn amb salsa de ceba casolana Fruita de temporada</p>	<p>11 Lletuga, safanòria, dacsa 12 Pastís de bròcoli amb porro i ceba Pollastre en adobo al forn Fruita de temporada</p>	<p>12 Lletuga, remolatxa, cogombre 13 Espaguetis integrals a la provença Filet de lluç en salsa verd al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p>	<p>13 Lletuga, olives, dacsa 14 Estofat de cigrons amb safanòria, carabasseta, ceba i pimentó Cuixa de pollastre al curri amb poma al forn Fruita de temporada</p>	<p>14 Lletuga, tomaca, safanòria 15 Arròs amb salsa de tomaca Truita de creïlla Fruita de temporada</p>
<p>Lletuga, olives, dacsa 16 Dhal de llentilles ECO amb verdures i espècies Pollastre en salsa amb cous cous Fruita de temporada</p>	<p>17 Lletuga, safanòria, dacsa 18 Arròs amb verdures amb xampinyó, floricol i carabasseta Filet d'abadejo amb mussolina de pèsols al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p>	<p>18 Hummus de cigrons amb tosta 19 Crema de remolatxa amb carlota Cuixa de pollastre al xilindró al forn amb pebrot i salsa d'hortalisses casolana Fruita de temporada</p>	<p>19 Amanida valenciana amb ou amb encisam, tomaca, dacsa, carlota i olives 20 Macarrons integrals amb salmó logurt</p>	<p>20 Lletuga, tomaca, safanòria 21 Fesols a la jardinera amb verdures Truita amb creïlla i ceba Fruita de temporada</p>
<p>Lletuga, safanòria, olives 22 Vichysoisse crema de creïlla i porro Hamburguesa d'au al forn amb samfaina mallorquina al forn amb salsa de tomaca i hortalisses Fruita de temporada</p>	<p>23 Lletuga, safanòria, dacsa 24 Cigrons amb tomaca al timó Filet de lluç en salsa meri al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p>	<p>24 Tosta amb formatge i tomaca 25 Paella valenciana amb pollastre, bajoca i garrofó Fruita de temporada</p>	<p>25 Lletuga, tomaca, olives 26 Amanida de llentilles ECO amb verdures Truita de creïlla Fruita de temporada</p>	<p>26 Ensalada del vaquer viatger amanida de col 27 Mac & Cheese macarrons integrals amb salsa de formatge 28 Aletes súper Ruta 66 aletes de pollastre rostides a la barbacoa casolana (mix d'espècies) 29 Batut de l'oncle Sam ioc de maduixa</p>



SABIES QUE

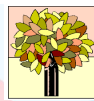
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- ecor** Ingredientes ECO
- 🌿** Pescado sostenible
- 🍷** De temporada
- 🐟** Fuente de omega 3
- 🍽️** Gastronomía local
- 🌙** Sugerencia CENA
- 🌱** Proteína vegetal
- ★** Día menú temático
- ✳️** Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1
<p>04</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Filete de abadejo al caldo corto al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>05</p> <p>Crema de patata y zanahoria</p> <p>Alitas de pollo asado al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>06</p> <p>Arroz hervido</p> <p>Fiambre de york y queso</p> <p>Yogur natural</p>	<p>07</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>08</p> <p>Pasta hervida</p> <p>Filete de merluza al vapor</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>11</p> <p>Crema de patata</p> <p>Pechuga de pollo en su jugo</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>12</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Fiambre de york y queso</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>13</p> <p>Espaguetis hervida</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>14</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Muslo de pollo rustido al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>15</p> <p>Arroz hervido</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>18</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Fiambre de york y queso</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>19</p> <p>Arroz hervido</p> <p>Filete de abadejo al vapor</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>20</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Muslo de pollo al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>21</p> <p>Pasta hervida</p> <p>Fiambre de york y queso</p> <p>Yogur natural</p>	<p>22</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>25</p> <p>Crema de patata</p> <p>Pechuga de pollo al limón al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>26</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Filete de merluza al caldo corto al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>27</p> <p>Arroz hervido</p> <p>Fiambre de york y queso</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>28</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>29</p> <p>Pasta hervida</p> <p>Alitas de pollo asado al horno</p> <p>Yogur natural</p>



SABÍAS QUE

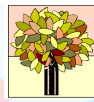
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, fresa, pera, naranja y plátano.
Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta descripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				<p>1</p> <p>Festiu</p>
<p>04</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Filet d'abadejo al caldo curt al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>05</p> <p>Crema de creïlla i safanòria Aletes de pollastre torrat al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>06</p> <p>Arròs bollit Pernil dolç i formatge logurt natural</p>	<p>07</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Truita francesa Fruita de temporada</p>	<p>08</p> <p>Pasta bollida Filet d lluç al vapor Fruita de temporada</p>
<p>11</p> <p>Crema de creïlla Pit de pollastre en el seu suc Fruita de temporada</p>	<p>12</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Pernil dolç i formatge Fruita de temporada</p>	<p>13</p> <p>Espaguetis bollida Filet d lluç al forn Fruita de temporada</p>	<p>14</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Cuixa de pollastre rostít al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15</p> <p>Arròs bollit Truita francesa Fruita de temporada</p>
<p>18</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Pernil dolç i formatge Fruita de temporada</p>	<p>19</p> <p>Arròs bollit Filet d'abadejo al vapor Fruita de temporada</p>	<p>20</p> <p>Crema de safanòria Cuixa de pollastre al forn Fruita de temporada</p>	<p>21</p> <p>Pasta bollida Pernil dolç i formatge logurt natural</p>	<p>22</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Truita francesa Fruita de temporada</p>
<p>25</p> <p>Crema de creïlla Pit de pollastre a la llima al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Filet de lluç al caldo curt al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27</p> <p>Arròs bollit Pernil dolç i formatge Fruita de temporada</p>	<p>28</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Truita francesa Fruita de temporada</p>	<p>29</p> <p>Pasta bollida Aletes de pollastre torrat al forn</p> <p>logurt natural</p>



SABIES QUE

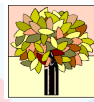
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO**
- Pescado sostenible**
- De temporada**
- Fuente de omega 3**
- Gastronomia local**
- Sugerencia CENA**
- Proteína vegetal**
- Dia menú temático**
- * Dia susceptible de festivo, consulta con tu centro.**



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
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.				1 Festivo
04 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de abadejo al caldo corto al horno Yogur natural	05 Crema de patata y zanahoria Alitas de pollo asado al horno Yogur natural	06 Arroz hervido Fiambre de york y queso Yogur natural	07 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla francesa Yogur natural	08 Patata y zaboria hervida Filete de merluza al vapor Yogur natural
11 Crema de patata Pechuga de pollo en su jugo Yogur natural	12 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Fiambre de york y queso Yogur natural	13 Patata y zaboria hervida Filete de merluza al horno Yogur natural	14 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Muslo de pollo rustido al horno Yogur natural	15 Arroz hervido Tortilla francesa Yogur natural
18 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Fiambre de york y queso Yogur natural	19 Arroz hervido Filete de abadejo al vapor Yogur natural	20 Crema de zanahoria Muslo de pollo al horno Yogur natural	21 Patata y zaboria hervida Fiambre de york y queso Yogur natural	22 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla francesa Yogur natural
25 Crema de patata Pechuga de pollo al limón al horno Yogur natural	26 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de merluza al caldo corto al horno Yogur natural	27 Arroz hervido Fiambre de york y queso Yogur natural	28 Lechuga, tomate, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla francesa Yogur natural	29 Patata y zaboria hervida Alitas de pollo asado al horno Yogur natural



SABÍAS QUE

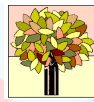
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, fresa, pera, naranja y plátano.
Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Tenemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				<p>1</p> <p>Festiu</p>
<p>04</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Filet d'abadejo al caldo curt al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>05</p> <p>Crema de creïlla i safanòria Aletes de pollastre torrat al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>06</p> <p>Arròs bollit Pernil dolç i formatge al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>07</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Truita francesa al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>08</p> <p>Creïlla i safanòria bollida Filet d lluç al vapor al forn</p> <p>logurt natural</p>
<p>11</p> <p>Crema de creïlla Pit de pollastre en el seu suc al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>12</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Pernil dolç i formatge al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>13</p> <p>Creïlla i safanòria bollida Filet d lluç al forn al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>14</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Cuixa de pollastre rostít al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>15</p> <p>Arròs bollit Truita francesa al forn</p> <p>logurt natural</p>
<p>18</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Pernil dolç i formatge al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>19</p> <p>Arròs bollit Filet d'abadejo al vapor al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>20</p> <p>Crema de safanòria Cuixa de pollastre al forn al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>21</p> <p>Creïlla i safanòria bollida Pernil dolç i formatge al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>22</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Truita francesa al forn</p> <p>logurt natural</p>
<p>25</p> <p>Crema de creïlla Pit de pollastre a la llima al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>26</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Filet de lluç al caldo curt al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>27</p> <p>Arròs bollit Pernil dolç i formatge al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>28</p> <p>Lletuga, tomaca, olives</p> <p>Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes)</p> <p>Truita francesa al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>29</p> <p>Creïlla i safanòria bollida Aletes de pollastre torrat al forn</p> <p>logurt natural</p>



SABIES QUE

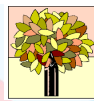
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interés nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1
<p>04</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>05</p> <p>Crema de patata y zanahoria Alitas de pollo asado al horno Fruta permitida</p>	<p>06</p> <p>Arroz hervido Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>07</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>08</p> <p>Macarrones "sin gluten" hervida Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>
<p>11</p> <p>Crema de patata Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>12</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Muslo de pollo al horno Fruta permitida</p>	<p>13</p> <p>Espaguetis "sin gluten" hervida Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>14</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Muslo de pollo rustido al horno Fruta permitida</p>	<p>15</p> <p>Arroz hervido Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>
<p>18</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>19</p> <p>Arroz hervido Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>20</p> <p>Crema de zanahoria Muslo de pollo al horno Fruta permitida</p>	<p>21</p> <p>Macarrones "sin gluten" hervida Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>22</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Muslo de pollo al horno Fruta permitida</p>
<p>25</p> <p>Crema de patata Pechuga de pollo al limón al horno Fruta permitida</p>	<p>26</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Muslo de pollo al horno Fruta permitida</p>	<p>27</p> <p>Arroz hervido Pechuga de pollo en su jugo Fruta permitida</p>	<p>28</p> <p>Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes)</p> <p>Muslo de pollo al horno Fruta permitida</p>	<p>29</p> <p>Macarrones "sin gluten" hervida Alitas de pollo asado al horno Fruta permitida</p>



SABÍAS QUE

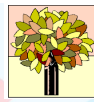
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera, naranja y plátano. Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta descripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.				1 Festiu
04 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	05 Crema de creïlla i safanòria Aletes de pollastre torrat al forn Fruita permesa	06 Arròs bollit Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	07 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	08 Macarrons "sense gluten" bollida Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa
11 Crema de creïlla Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	12 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre al forn Fruita permesa	13 Espaguetis "sense gluten" bollida Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	14 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre rostit al forn Fruita permesa	15 Arròs bollit Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa
18 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	19 Arròs bollit Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	20 Crema de safanòria Cuixa de pollastre al forn Fruita permesa	21 Macarrons "sense gluten" bollida Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	22 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre al forn Fruita permesa
25 Crema de creïlla Pit de pollastre a la llima al forn Fruita permesa	26 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre al forn Fruita permesa	27 Arròs bollit Pit de pollastre en el seu suc Fruita permesa	28 Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre al forn Fruita permesa	29 Macarrons "sense gluten" bollida Aletes de pollastre torrat al forn Fruita permesa



SABIES QUE

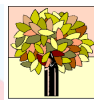
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

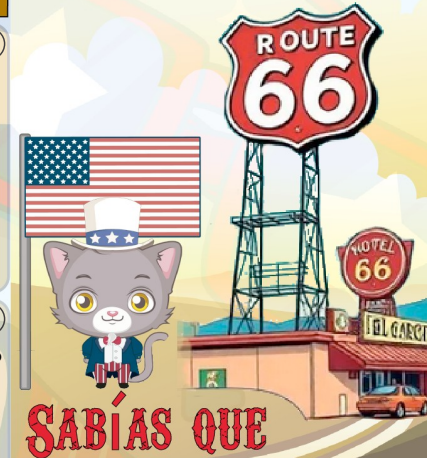
CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1 Festivo
<p>04 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de abadejo al caldo corto al horno Fruta de temporada</p>	<p>05 Lechuga, zanahoria, pepino Crema de coliflor con patata, coliflor y cebolla Alitas de pollo al ajillo al horno Fruta de temporada</p>	<p>06 . Ensalada con espinacas y atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz Arroz del senyoret con merluza y marisco Yogur artesano</p>	<p>07 Lechuga, zanahoria, olivas Salteado de verduras con quinoa Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada</p>	<p>08 Lechuga, remolacha, maíz Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate 3 Salmón en su jugo al horno Fruta de temporada</p>
<p>11 Lechuga, maíz, olivas Crema de patata Lomo rustido en salsa lionesa al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada</p>	<p>12 Lechuga, zanahoria, maíz Brócoli paraíso salteado con patata, ajo y perejil Guisado de patatas con magro con hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>13 Lechuga, remolacha, pepino Espaguetis "sin gluten" a la provenza con tomate y verduras Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>14 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Muslo de pollo en salsa al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata Fruta de temporada</p>
<p>18 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Lomo en salsa al horno Fruta de temporada</p>	<p>19 Lechuga, zanahoria, maíz Arroz con verduras de temporada con calabacín, champiñón, zanahoria Filete de abadejo al vapor Fruta de temporada</p>	<p>20 Lechuga, zanahoria, pepino Crema de zanahoria y remolacha Muslo de pollo al chilindrón al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>21 . Ensalada valenciana con atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Macarrones "sin gluten" integrales con salmón Yogur</p>	<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria Salteado de verduras con quinoa Tortilla de patata y cebolla Fruta de temporada</p>
<p>25 Lechuga, zanahoria, olivas Vichysoisse tradicional crema de patata y puerro Pechuga de pollo con pisto mallorquín al horno con tomate y hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>26 Lechuga, zanahoria, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>27 . Ensalada variada lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas y atún Arroz con pollo Fruta de temporada</p>	<p>28 Lechuga, tomate, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla de patata Fruta de temporada</p>	<p>29 Lechuga, pepino, zanahoria Macarrones "sin gluten" napolitana con tomate y hortalizas Alitas de pollo asado al horno Batido del tío Sam yoco de fresa</p>



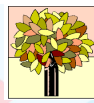
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, fresa, pera, naranja y plátano.
Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·licite diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				1 Festiu
04 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Filet d'abadejo al caldo curt al forn Fruita de temporada	05 Lletuga, safanòria, cogombre Crema de coliflor amb creïlla, floricol i ceba Alitas de pollastre a l'all al forn Fruita de temporada	06 . Amanida amb espinacs i tonyina encisam, tomaca, carlota, dacsa Arròs del senyoret amb lluç i marisc logurt artesà	07 Lletuga, safanòria, olives Saltat de verdures amb quinoa Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada	08 Lletuga, remolatxa, dacsa Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega amb tomaca 3 Salmó al seu suc al forn Fruita de temporada
11 Lletuga, dacsa, olives Crema de creïlla Llom rostít en salsa lionesa al forn amb salsa de ceba Fruita de temporada	12 Lletuga, safanòria, dacsa Bròquil paradís saltat amb poma, all i julivert Guisat de creïlles amb magre amb hortalisses Fruita de temporada	13 Lletuga, remolatxa, cogombre Espaguetis "sense gluten" a la provenza amb tomaca i verdures Filet de lluç en salsa verda al forn amb all i julivert Fruita de temporada	14 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre en salsa al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada	15 Lletuga, tomaca, safanòria Arròs amb salsa de tomaca Truita de creïlles Fruita de temporada
18 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Llom amb salsa al forn Fruita de temporada	19 Lletuga, safanòria, dacsa Arròs en verdures de temporada amb carabasseta, xampinyó, safanòria Filet d'abadejo al vapor Fruita de temporada	20 Lletuga, safanòria, cogombre Crema de safanòria i remolatxa Cuixa de pollastre al xilindró al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada	21 . Amanida valenciana amb tonyina lletuga, tomaca, safanòria, dacsa i olives Macarrons "sense gluten" amb salmó logurt	22 Lletuga, tomaca, safanòria Saltat de verdures amb quinoa Truita de creïlla i ceba Fruita de temporada
25 Lletuga, safanòria, olives Vichysoisse tradicional crema de creïlla i porro Pit de pollastre amb samfaina mallorquina al forn amb tomaca i hortalisses Fruita de temporada	26 Lletuga, safanòria, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Filet de lluç en salsa meri al forn amb all i julivert Fruita de temporada	27 . Amanida variada lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, olives i tonyina Arròs amb pollastre Fruita de temporada	28 Lletuga, tomaca, olives Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Truita de creïlles Fruita de temporada	29 Lletuga, cogombre, safanòria Macarrons "sense gluten" napolitana amb tomaca i hortalisses Aletes de pollastre torrat al forn ★ Batut de l'oncle Sam ioc de maduixa



SABIES QUE

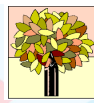
Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



lunes **martes** **miércoles** **jueves** **viernes**

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.

04 **Lechuga, olivas, maíz**
Guisado de lentejas ECO juliana con hortalizas
Bacalao rebozado
Fruta de temporada

CENA: Sopa juliana y revuelto de ajetes. Fruta

05 **Hummus de garbanzos con nachos**
Crema de coliflor con patata, coliflor y cebolla
Alitas de pollo al ajillo al horno
Fruta de temporada

CENA: Wok de verduras y pescado azul al vapor. Fruta

06 **Lechuga, tomate, zanahoria, maíz**
Arroz de pescado con merluza
Fiambre de pavo y queso
Yogur artesano

CENA: Calabaza asada y muslo de pollo a las finas hierbas. Fruta

07 **Lechuga, zanahoria, olivas**
Cassoulet de alubias con patata, zanahoria y cebolla
Tortilla de patata y calabacín
Fruta de temporada

CENA: Ratatouille y pescado blanco al horno. Fruta

08 **Lechuga, remolacha, maíz**
Macarrones integrales al pesto de albahaca con salsa de tomate
Salmón al horno con salsa de soja, miel y limón
Fruta de temporada

CENA: Brocoli paraíso y pavo a la naranja. Fruta

11 **Lechuga, maíz, olivas**
Crema de guisantes y pera
Pechuga de pollo en su jugo
Fruta de temporada

CENA: Tumbet mallorquín y pescado blanco en escabeche. Fruta

12 **Lechuga, zanahoria, maíz**
Pastel de brócoli con puerro y cebolla
Guiso de magro con patata dado con verduras
Fruta de temporada

CENA: Cous cous marroquí con verduras y pollo. Fruta

13 **Lechuga, remolacha, pepino**
Espaguetis integrales a la provenza
Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil
Fruta de temporada

CENA: Panaché de verduras y tortilla de patata. Fruta

14 **Lechuga, olivas, maíz**
Estofado de garbanzos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimienta
Muslo de pollo al curry con manzana al horno
Fruta de temporada

CENA: Tacos con verduras y pescado azul. Fruta

15 **Lechuga, tomate, zanahoria**
Arroz con salsa de tomate
Tortilla de patata
Fruta de temporada

CENA: Lomo al horno con patata especiada y menestra de verduras. Fruta

18 **Lechuga, olivas, maíz**
Dhal de lentejas ECO con verduras y especias
Filete de lomo en salsa de verduras casera con cous cous al horno
Fruta de temporada

CENA: Guisantes salteados con cebolla y pollo rustido con verduras.

19 **Lechuga, zanahoria, maíz**
Arroz con verduras con champiñón, coliflor y calabacín
Filete de abadejo con muselina de guisantes al horno con ajo y perejil
Fruta de temporada

CENA: Marmitako de pescado blanco con boniato y verduras. Fruta

20 **Hummus de garbanzos con tosta**
Crema de remolacha con zanahoria
Muslo de pollo al chilindrón al horno con pimienta y salsa de hortalizas casera
Fruta de temporada

CENA: Judías verdes con tomate y lomo asado. Fruta

21 **Lechuga, tomate, zanahoria, maíz**
Macarrones integrales con salmón
Fiambre de pavo y queso
Yogur

CENA: Consomé de verduras y tortilla de bacalao. Fruta

22 **Lechuga, tomate, zanahoria**
Alubias a la jardinera con verduras
Tortilla de patata y cebolla
Fruta de temporada

CENA: Paninis caseros y pescado azul en tempura. Fruta

25 **Lechuga, zanahoria, olivas**
Vichysoisse crema de patata y puerro
Lomo al horno
Fruta de temporada

CENA: Champiñón al ajillo y pescado azul al curry. Fruta

26 **Lechuga, zanahoria, maíz**
Garbanzos con tomate al tomillo
Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil
Fruta de temporada

CENA: Panzanella y solomillos de pollo al horno. Fruta

27 **Lechuga, tomate, zanahoria, maíz**
Tosta con queso y tomate
Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón
Fruta de temporada

CENA: Coliflor especiada y albóndigas en salsa de verduras. Fruta

28 **Lechuga, tomate, olivas**
Ensalada de lentejas ECO con verduras
Tortilla de patata
Fruta de temporada

CENA: Crema de zanahoria y pescado blanco al ajillo. Fruta

29 **Ensalada del vaquero viajero** ensalada de col
Mac & Cheese macarrones integrales con salsa de queso
Alitas súper Ruta 66 alitas de pollo rustidas a la barbacoa casera (mix de especias)
Helado

CENA: Ensalada caliente de espinacas y tortilla francesa. Fruta



SABÍAS QUE

¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera, naranja y plátano. Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

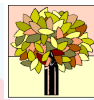
Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

Valor nutricional

(Promedio diario de la comida del medio día)

Energía	Grasas	ACS
357314kj		
854kcal	39.2g	7.7g
Hidratos de Carbono	Azúcares	Proteínas
87g	19.0g	32.0g
		2.4g



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
---------	---------	----------	--------	-----------

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

<p>04 Guisat de llentilles ECO juliana amb hortalisses Bacallà arrebossat Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Sopa juliana i regirat de allets. Fruita</p>	<p>05 Hummus de cigrons amb nachos Crema de floricol amb creïlla, floricol i ceba Alitats de pollastre amb alls al forn Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Wok de verdures i peix blau al vapor. Fruita</p>	<p>06 Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa Arròs de peix amb lluç Fiambre de titot i formatge logurt artesà</p> <p>SOPAR: Carabassa rostida i cuixa de pollastre a les fines herbes. Fruita</p>	<p>07 Lletuga, safanòria, olives Cassoulet de fesols amb patata, safanòria i ceba Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Ratatouille i peix blanc al forn. Fruita</p>	<p>1 Festiu</p>
<p>11 Lletuga, dacsa, olives Crema de pèsols i pera Pit de pollastre en el seu suc Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Tumbet mallorquí i peix blanc en escabetx. Fruita</p>	<p>12 Lletuga, safanòria, dacsa Pastís de bròcoli amb porro i ceba Guisat de magre amb creïlla donat amb verdures Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Cous cous marroquí amb verdures i pollastre. Fruita</p>	<p>13 Lletuga, remolatxa, cogombre Espaguetis integrals a la provença Filet de lluç en salsa verd al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Panaché de verdures i truita de creïlla. Fruita</p>	<p>14 Lletuga, olives, dacsa Estofat de cigrons amb safanòria, carabasseta, ceba i pimentó Cuixa de pollastre al curri amb poma al forn Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Tacs amb verdures i peix blau. Fruita</p>	<p>15 Lletuga, tomaca, safanòria Arròs amb salsa de tomaca Truita de creïlla Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Llom al forn amb creïlla especiada i minestra de verdures. Fruita</p>
<p>18 Lletuga, olives, dacsa Dhal de llentilles ECO amb verdures i espècies Filet de llom en salsa de verdures casolana amb cous cous al forn Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Pèsols saltats amb ceba i pollastre rostit amb verdures</p>	<p>19 Lletuga, safanòria, dacsa Arròs amb verdures amb xampinyó, floricol i carabasseta Filet d'abadejo amb mussolina de pèsols al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Marmitako de peix blanc amb moniato i verdures. Fruita</p>	<p>20 Hummus de cigrons amb tosta Crema de remolatxa amb carlota Cuixa de pollastre al xilindró al forn amb pebrot i salsa d'hortalisses casolana Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Fesols tendres amb tomaca i llom rostit. Fruita</p>	<p>21 Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa Macarrons integrals amb salmó Fiambre de titot i formatge logurt</p> <p>SOPAR: Consomé de verdures i truita de bacallà. Fruita</p>	<p>22 Lletuga, tomaca, safanòria Fesols a la jardinera amb verdures Truita amb creïlla i ceba Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Paninis casolans i peix blau en tempura. Fruita</p>
<p>25 Lletuga, safanòria, olives Vichysoisse crema de creïlla i porro Llom al forn Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Xampinyó amb allada i peix blau al curri. Fruita</p>	<p>26 Lletuga, safanòria, dacsa Cigrons amb tomaca al timó Filet de lluç en salsa meri al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Panzanella i rellops de pollastre al forn. Fruita</p>	<p>27 Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa Tosta amb formatge i tomaca Paella valenciana amb pollastre, bajoca i garrofó Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Coliflor especiada i mandonguilles en salsa de verdures. Fruita</p>	<p>28 Lletuga, tomaca, olives Amanida de llentilles ECO amb verdures Truita de creïlla Fruita de temporada</p> <p>SOPAR: Crema de carlota i peix blanc amb allada. Fruita</p>	<p>29 Ensalada del vaquer viatger amanida de col Mac & Cheese macarrons integrals amb salsa de formatge Aletes súper Ruta 66 aletes de pollastre rostides a la barbacoa casolana (mix d'espècies) Gelats</p> <p>SOPAR: Amanida calenta d'espinaacs i truita francesa. Fruita</p>



SABIES QUE

Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

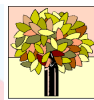
Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interès nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

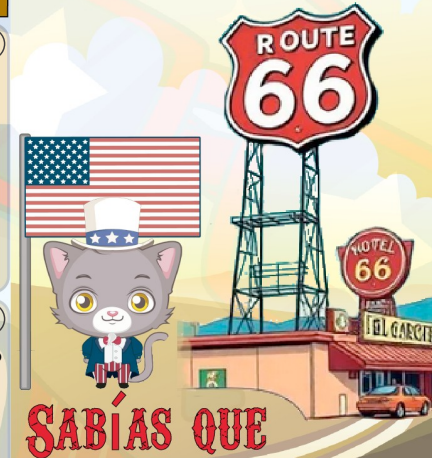
Valor nutricional

(Promedi diari del menjar de mig dia)

Energia	Creix	ACS
357314kj		
854kcal	39.2g	7.7g
Hidrats de Carboni	Sucre	Proteïnes
87g	19.0g	32.0g
		Sal
		2.4g



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<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>				1 Festivo
<p>04 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de abadejo al caldo corto al horno Fruta de temporada</p>	<p>05 Lechuga, zanahoria, pepino Crema de coliflor con patata, coliflor y cebolla Alitas de pollo al ajillo al horno Fruta de temporada</p>	<p>06 Ensalada con espinacas y atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz Arroz del senyoret con merluza y marisco Yogur artesano</p>	<p>07 Lechuga, zanahoria, olivas Salteado de verduras con quinoa Tortilla de patata y calabacín Fruta de temporada</p>	<p>08 Lechuga, remolacha, maíz Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate 3 Salmón en su jugo al horno Fruta de temporada</p>
<p>11 Lechuga, maíz, olivas Crema de patata Lomo rustido en salsa lionesa al horno con salsa de cebolla Fruta de temporada</p>	<p>12 Lechuga, zanahoria, maíz Brócoli paraíso salteado con patata, ajo y perejil Guisado de patatas con magro con hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>13 Lechuga, remolacha, pepino Espaguetis "sin gluten" a la provenza con tomate y verduras Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>14 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Muslo de pollo en salsa al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata Fruta de temporada</p>
<p>18 Lechuga, olivas, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Lomo en salsa al horno Fruta de temporada</p>	<p>19 Lechuga, zanahoria, maíz Arroz con verduras de temporada con calabacín, champiñón, zanahoria Filete de abadejo al vapor Fruta de temporada</p>	<p>20 Lechuga, zanahoria, pepino Crema de zanahoria y remolacha Muslo de pollo al chilindrón al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>21 Ensalada valenciana con atún lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Macarrones "sin gluten" integrales con salmón Yogur</p>	<p>22 Lechuga, tomate, zanahoria Salteado de verduras con quinoa Tortilla de patata y cebolla Fruta de temporada</p>
<p>25 Lechuga, zanahoria, olivas Vichysoisse tradicional crema de patata y puerro Pechuga de pollo con pisto mallorquín al horno con tomate y hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>26 Lechuga, zanahoria, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>27 Ensalada variada lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas y atún Arroz con pollo Fruta de temporada</p>	<p>28 Lechuga, tomate, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla de patata Fruta de temporada</p>	<p>29 Lechuga, pepino, zanahoria Macarrones "sin gluten" napolitana con tomate y hortalizas Alitas de pollo asado al horno ★ Batido del tío Sam yoco de fresa</p>



SABÍAS QUE

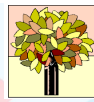
¡Deléitate con nuestro menú diario acompañado de un pan delicioso, con pan integral 2 veces a la semana!

MAYO FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, fresa, pera, naranja y plátano.
Tres días al mes se servirá fruta ecológica.

CONSEJOS SALUDABLES

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.</p>				1 Festiu
04 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Filet d'abadejo al caldo curt al forn Fruita de temporada	05 Lletuga, safanòria, cogombre Crema de coliflor amb creïlla, floricol i ceba Alitas de pollastre a l'all al forn Fruita de temporada	06 . Amanida amb espinacs i tonyina encisam, tomaca, carlota, dacsa Arròs del senyoret amb lluç i marisc logurt artesà	07 Lletuga, safanòria, olives Saltat de verdures amb quinoa Truita de creïlla i carabasseta Fruita de temporada	08 Lletuga, remolatxa, dacsa Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega amb tomaca 3 Salmó al seu suc al forn Fruita de temporada
11 Lletuga, dacsa, olives Crema de creïlla Llom rostít en salsa lionesa al forn amb salsa de ceba Fruita de temporada	12 Lletuga, safanòria, dacsa Bròquil paradís saltat amb poma, all i julivert Guisat de creïlles amb magre amb hortalisses Fruita de temporada	13 Lletuga, remolatxa, cogombre Espaguetis "sense gluten" a la provenza amb tomaca i verdures Filet de lluç en salsa verda al forn amb all i julivert Fruita de temporada	14 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Cuixa de pollastre en salsa al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada	15 Lletuga, tomaca, safanòria Arròs amb salsa de tomaca Truita de creïlles Fruita de temporada
18 Lletuga, olives, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Llom amb salsa al forn Fruita de temporada	19 Lletuga, safanòria, dacsa Arròs en verdures de temporada amb carabasseta, xampinyó, safanòria Filet d'abadejo al vapor Fruita de temporada	20 Lletuga, safanòria, cogombre Crema de safanòria i remolatxa Cuixa de pollastre al xilindró al forn amb salsa d'hortalisses Fruita de temporada	21 . Amanida valenciana amb tonyina lletuga, tomaca, safanòria, dacsa i olives Macarrons "sense gluten" amb salmó logurt	22 Lletuga, tomaca, safanòria Saltat de verdures amb quinoa Truita de creïlla i ceba Fruita de temporada
25 Lletuga, safanòria, olives Vichysoisse tradicional crema de creïlla i porro Pit de pollastre amb samfaina mallorquina al forn amb tomaca i hortalisses Fruita de temporada	26 Lletuga, safanòria, dacsa Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Filet de lluç en salsa meri al forn amb all i julivert Fruita de temporada	27 . Amanida variada lletuga, tomaca, safanòria, dacsa, olives i tonyina Arròs amb pollastre Fruita de temporada	28 Lletuga, tomaca, olives Bollit valencià amb creïlla, safanòria i ceba (sense bajoquetes) Truita de creïlles Fruita de temporada	29 Lletuga, cogombre, safanòria Macarrons "sense gluten" napolitana amb tomaca i hortalisses Aletes de pollastre torrat al forn ★ Batut de l'oncle Sam ioc de maduixa



SABIES QUE

Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

MAIG FRUITA DE TEMPORADA: Poma, maduixa, pera, taronja i plàtan. Tres dies al mes se servirà fruita ecològica.

CONSELLS SALUDABLES

Per a créixer forts i sans, menja aliments frescos cada dia: fruites, verdures i menjar recentment fet. Evitem aliments processats, que no tenen gens d'interés nutricional. Com més natural, millor!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

En aquellos casos que se lleve a cabo una dieta especial por alergia, intolerancia, cualquier otra necesidad médica o bien por motivos culturales o religiosos, y por tanto, no se puedan llevar a cabo las recomendaciones de cenas indicadas en el menú basal, y en cumplimiento del artículo 40.4 de la ley 17/2011 de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, a continuación, os proporcionamos propuestas para que, en lo casos mencionados, las cenas ofrecidas en casa sean complementarias al menú proporcionado en el comedor.

PRIMEROS PLATOS

Si he comido:

Para cenar:



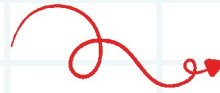
Pasta



Arroz



Sopa



Ensalada



Crema
verduras



Legumbres



Crema
verdura



Ensalada



Pasta



Arroz



Sopa



Legumbres



Legumbres



Pasta



Arroz



Sopa



Crema
verdura



Ensalada

Si he comido:

Para cenar:

SEGUNDOS PLATOS



Carne



Pescado



Huevo



Legumbres



Pescado



Carne



Huevo



Legumbres



Huevo



Carne



Pescado



Legumbres



Legumbres



Huevo



Pescado



Carne



Arroz



Pasta



Arroz



Huevo



Pescado



Carne



Legumbres

POSTRES



Fruta



Lácteo sin
azúcar



EL RINCÓN SALUDABLE

Cada día ofrecemos una variedad de frutas y verduras de distintos colores, asegurando una amplia gama de vitaminas y minerales. Además, las presentamos de diversas maneras y en distintas elaboraciones, lo que permite disfrutar de su sabor y textura de forma muy variada.

Productos de temporada

En nuestro menú de mayo encontrarás una deliciosa selección de productos frescos y de temporada, como calabacín, pepino, puerro, lechuga, zanahoria, fresas y naranja entre otros.

Aderezamos nuestros platos con hierbas aromáticas y especias, de manera que potenciamos el sabor de los platos sin necesidad de un aporte excesivo de sal.

Plato destacado

Este mes incluimos alimentos frescos de una manera más divertida: legumbres en forma de snacks, ensaladas con un toque diferente como la mítica ensalada de col y fruta acompañando al sabroso muslo de pollo. ¡Comer sano y natural no tiene que ser aburrido!















Consejo saludable

Para crecer fuertes y sanos, come alimentos frescos cada día: frutas, verduras y comida recién hecha. Evitemos alimentos procesados, que no tienen ningún interés nutricional. ¡Cuanto más natural, mejor!



INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS

VALENCIA CATERING

ALÉRGENOS	 (1) CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 CACAHUETES	 SOJA	 LÁCTEOS	 FRUTOS DE CÁSCARA (2)	 APIO	 MOSTAZA	 GRANOS DE SESAMO	 E-X DÍOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS (3)	 MOLUSCOS	 ALTRAMUCES
1º PLATOS														
ARROZ CON SALSA DE TOMATE	X	X	X	X		X	X		X			X	X	
ARROZ CON VERDURAS / DE TEMPORADA	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	
CREMA DE ZANAHORIA Y REMOLACHA	X		X				X		X	X		X		
CREMA DE GUI SANTES Y PERA						X			X			X		
VICHYSOISSE / VICHYSOISSE TRADICIONAL	X		X				X		X	X		X		
CREMA DUBARRY / DE COLIFLOR	X		X				X		X	X		X		
GUI SO/ LENTEJAS /LENTEJAS ECO JULIANA	X		X				X		X	X		X		
DHAL DE LENTEJA ECO	X		X				X		X	X		X		
ALUBIAS A LA JARDINERA	X		X				X		X	X		X		
CASSOULET DE ALUBIAS	X		X				X		X	X		X		
GARBANZOS CON TOMATE AL TOMILLO	X		X				X		X	X		X		
GARBANZOS CON VERDURAS / GARBANZOS VIUDOS	X		X				X		X	X		X		
ESTOFADO DE GARBANZOS	X		X				X		X	X		X		
MACARRONES ECO / INTEGRALES AL PESTO DE ALBAHACA	X		X			X	X			X		X		
ESPAGUETIS INTEGRALES A LA PROVENZA	X		X			X	X			X		X		
MAC & CHEESE	X		X			X	X			X		X		
ENSALADA VALENCIANA CON HUEVO			X	X										
ENSALADA DE LENTEJAS ECO												X		
ENSALADA CON ESPINACAS Y ATUN			X	X										
PASTEL DE BROCOLI CON PUERRO Y CEBOLLA	X		X				X		X	X		X		
TOSTA QUESO Y TOMATE NATURAL	X						X				X			

(1) Cereales que contengan gluten: trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas.

(2) Almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, pistachos, nueces de Macadamia o nueces de Australia y productos derivados.















(3) Dióxido de azufre y sulfitos en concentraciones superiores a 10mg/Kg o 10 mg/Litro en términos de SO₂ total.

Ⓞ El fabricante informa en su etiquetado que el producto está elaborado en una fábrica que utiliza los alérgenos indicados.

Nota 1: los alérgenos indicados en este listado son los que establece el Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

Nota 2: los platos servidos pueden contener en su composición ingredientes compuestos, cuyos alérgenos presentes han sido indicados en esta tabla.

VALENCIA CATERING

ALÉRGENOS	 (1) CONTIENE GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 HUEVOS	 PESCADO	 CACAHUETES	 SOJA	 LÁCTEOS	 FRUTOS DE CÁSCARA (2)	 APDO	 MOSTAZA	 GRANOS DE SESAMO	 E-X DÍOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS (3)	 MOLLUSCOS	 ALTRAMUCCES
2º PLATOS:														
PAELLA VALENCIANA (con pollo, judía verde y garrofón)	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	
ARROZ DE RAPE, GAMBA Y BROTES DE AJO	X	X		X		X	X					X	X	
MACARRONES INTEGRALES CON SALMON	X	X	X	X		X	X			X		X	X	
ALITAS DE POLLO A LA BARBACOA	X	X	X	X		X	X		X			X	X	
MUSLO DE POLLO AL CURRY CON MANZANA	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	
FILETE DE LOMO EN SALSA CON COUS COUS	X		X			X	X		X	X		X		
HAMBURGUESA MIXTA CON PISTO / HAMBURGUESA AL HORNO CON PISTO MALLORQUIN						X						X		
MUSLO DE POLLO AL AJILLO / MUSLO DE POLLO AL AJILLO CON FESTIVAL DE MÁIZ	X	X	X	X		X	X		X				X	
MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN		X	X	X		X			X				X	
LONGANIZAS DE AVE AL HORNO EN SALSA LIONESA	X		X			X	X		X	X		X		
GUISO DE MAGRO CON PATATA DADO	X		X				X		X	X		X		
FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE	X			X		X	X		X			X	X	
SALMON AL HORNO CON SALSA DE SOJA, MIEL Y LIMÓN	X	X	X	X		X	X		X			X	X	
FILETE DE ABADJO CON MUSELINA DE GUI SANTES	X	X	X	X		X	X		X			X	X	
FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE/MERY / CON GUI SANTES SALTEADOS	X	X	X	X		X	X		X			X	X	
BACALAO REBOZADO	X	X		X		X	X			X			X	
TORTILLA DE PATATA			X											
TORTILLA DE PATAT Y CALABACIN			X	①		①	①							
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA			X											
OTROS:														
ENSALADA DE ENTRANTE (lechuga, lombarda, maiz, olivas, zanahoria, remolacha, pepino y tomate)	X													
ENSALADA DE COL														
NACHOS TRIANGULARES	①													
PAN MINI TOSTAS RECTANGULAR	X										X			
POSTRES:														
YOGUR							X							
HELADO DE NATA Y CHOCOLATE			X		X	X	X	X						
<p>(1) Cereales que contengan gluten: trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas.</p> <p>(2) Almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, pistachos, nueces de Macadamia o nueces de Australia y productos derivados.</p> <p>(3) Dióxido de azufre y sulfitos en concentraciones superiores a 10mg/Kg o 10 mg/Litro en términos de SO₂ total.</p> <p>① El fabricante informa en su etiquetado que el producto está elaborado en una fábrica que utiliza los alérgenos indicados.</p> <p>Nota 1: los alérgenos indicados en este listado son los que establece el Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.</p> <p>Nota 2: los platos servidos pueden contener en su composición ingredientes compuestos, cuyos alérgenos presentes han sido indicados en esta tabla.</p>														