

CEIP ALMUDENA MUÑOZ

usuário: almuneda_munoz

contraseña: 1325_almudena_munoz

Abril - 2024 MENU MENSUAL
ALMUDENA MUÑOZ

FRUITES DE TEMPORADA:

banana, pera
maduixa, taronja
taronja, poma

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1325

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



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

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

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

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

<p>1</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>2</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>3</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>4</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>5</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>8</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>9</p> <p>E Encisam, tomaca, dacs i carlota</p> <p>1º Pasta a la italiana</p> <p>2º Rodanxa de lluç amb pèsols amb ceba</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Remenat d'all tendres /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>10</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i ceba</p> <p>1º Sopa d'olla</p> <p>2º Pollastre al forn amb panolla (Infantil dacs saltada)</p> <p>P Iogurt Artesà</p> <p>S Wok de verdures Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>11</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Potatge de cigrons amb verdures ECO</p> <p>2º Truita de creïlla amb formatge fresc</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Amanida completa Hamburguesa de pollastre i bròcoli /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>12</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Arròs amb bledes</p> <p>2º Llonganisses amb tomaca</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de xampinyó Peix al papillote /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>15</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Llentilles amb verdures P/ECO</p> <p>2º Truita de creïlla amb pa, tomaca i pernil</p> <p>P Fruita</p> <p>S Verdures saltejades amb arròs Carn roja magra /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>16</p> <p>E Encisam, olives, dacs i tomaca</p> <p>1º Crema (coliflor, chirivía, carlota, carabasseta) P/ECO amb tostons</p> <p>2º Polit al curri amb creïlles</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Broquetes de verdures Peix blau /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>17</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i cogombre</p> <p>1º Macarrons integrals napolitana</p> <p>2º Aladroc en tempura amb salsa tàrtara</p> <p>P Fruita</p> <p>S Creïlles al gratén Ou /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>18</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Mongetes del ganxet amb hortalisses</p> <p>2º Rellom en salsa espanyola amb cous cous</p> <p>P Fruita</p> <p>S Sopa de verdures Croquetes casolanes de peix /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>19</p> <p>E Hummus de carlota</p> <p>1º Ensaladilla (tonyina, ou, creïlla, pèsol, maionesa)</p> <p>2º Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>P Lacti</p> <p>S Panolla amb sal Sandvitx vegetal /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>22</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Canelons gratinats amb beixamel</p> <p>2º Abadejo gratinat provençal amb tomaca grillé</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bajoqueta saltejada Carn magra de porc /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>23</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Sopa d'olla amb verdures ECO</p> <p>2º Pollastre a la mel amb pebrots</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Carabassa i creïlla al microones Truita de formatge /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>24</p> <p>E DIA DEL SALMOREJO Salmorejo</p> <p>1º Cigrons amb espinacs</p> <p>2º Coca de titaina valenciana</p> <p>P Iogurt valencià</p> <p>S Crema de carabasseta Peix al papillote /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>25</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>2º Lluç amb salsa verda amb bròquil</p> <p>P Fruita</p> <p>S Ceba tendra i pimentó roig plantxa Carn d'au /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>26</p> <p>E Amanida amb fruita</p> <p>1º Crema de pèsols i carlota amb tostons</p> <p>2º Mandonguilles estile marroquina amb creïlles</p> <p>P Fruita</p> <p>S Cous cous amb especies Pizza casolana de verdures fresques de</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>29</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i pimentó</p> <p>1º Guisat de creïlles i verdures de temporada amb "majado"</p> <p>2º Goulash de magre amb gnocchis</p> <p>P Fruita</p> <p>S Xips de moniato al forn Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>30</p> <p>E Amanida de verdures de temporada</p> <p>1º "Quesadilla" vegetal</p> <p>2º Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals)</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de carlota Ou /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>			

CEIP ALMUDENA MUÑOZ

usuario: almudena_munoz

contraseña: 1325_almudena_munoz

Abril - 2024 MENU MENSUAL
ALMUDENA MUÑOZ

FRUTAS DE TEMPORADA:

banana, pera
fresa, naranja
pinya

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1325

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



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

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

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

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

1	2	3	4	5																																																																																																									
<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Festivo</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º Festivo	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Festivo</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º Festivo	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Festivo</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º Festivo	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Festivo</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º Festivo	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Festivo</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º Festivo	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP																																													
E	KCAL																																																																																																												
1º Festivo	PROT																																																																																																												
2º	CA																																																																																																												
P	FE																																																																																																												
	HDC																																																																																																												
	LIP																																																																																																												
E	KCAL																																																																																																												
1º Festivo	PROT																																																																																																												
2º	CA																																																																																																												
P	FE																																																																																																												
	HDC																																																																																																												
	LIP																																																																																																												
E	KCAL																																																																																																												
1º Festivo	PROT																																																																																																												
2º	CA																																																																																																												
P	FE																																																																																																												
	HDC																																																																																																												
	LIP																																																																																																												
E	KCAL																																																																																																												
1º Festivo	PROT																																																																																																												
2º	CA																																																																																																												
P	FE																																																																																																												
	HDC																																																																																																												
	LIP																																																																																																												
E	KCAL																																																																																																												
1º Festivo	PROT																																																																																																												
2º	CA																																																																																																												
P	FE																																																																																																												
	HDC																																																																																																												
	LIP																																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>8</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Festivo</td><td>PROT</td><td></td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td><td></td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td><td></td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td></td></tr> </table>	8	E	KCAL	1º Festivo	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP		<table border="1"> <tr><td>9</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</td><td>PROT</td><td>857,76</td></tr> <tr><td>2º Caracolas a la italiana</td><td>CA</td><td>31,70g</td></tr> <tr><td>Rodaja de merluza con guisantes encebollados</td><td>FE</td><td>197,26mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>5,00mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>122,77g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>41,42g</td></tr> </table>	9	E	KCAL	1º Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	PROT	857,76	2º Caracolas a la italiana	CA	31,70g	Rodaja de merluza con guisantes encebollados	FE	197,26mg	Fruta	HDC	5,00mg		LIP	122,77g		LIP	41,42g	<table border="1"> <tr><td>10</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla</td><td>PROT</td><td>823,31</td></tr> <tr><td>2º Sopa de cocido</td><td>CA</td><td>56,32g</td></tr> <tr><td>Pollo al horno con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)</td><td>FE</td><td>283,30mg</td></tr> <tr><td>Yogur Artesano</td><td>HDC</td><td>6,65mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>74,40g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>38,52g</td></tr> </table>	10	E	KCAL	1º Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla	PROT	823,31	2º Sopa de cocido	CA	56,32g	Pollo al horno con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)	FE	283,30mg	Yogur Artesano	HDC	6,65mg		LIP	74,40g		LIP	38,52g	<table border="1"> <tr><td>11</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada fresca ecológica</td><td>PROT</td><td>783,67</td></tr> <tr><td>2º Potaje de garbanzos con verduras ECO</td><td>CA</td><td>32,50g</td></tr> <tr><td>Tortilla de patata con queso fresco</td><td>FE</td><td>315,67mg</td></tr> <tr><td>Fruta ECO</td><td>HDC</td><td>11,08mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>114,53g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>22,09g</td></tr> </table>	11	E	KCAL	1º Ensalada fresca ecológica	PROT	783,67	2º Potaje de garbanzos con verduras ECO	CA	32,50g	Tortilla de patata con queso fresco	FE	315,67mg	Fruta ECO	HDC	11,08mg		LIP	114,53g		LIP	22,09g	<table border="1"> <tr><td>12</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada fresca ecológica</td><td>PROT</td><td>788,50</td></tr> <tr><td>2º Arroz con acelgas</td><td>CA</td><td>27,43g</td></tr> <tr><td>Longanizas con tomate</td><td>FE</td><td>169,07mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>7,41mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>106,50g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>28,87g</td></tr> </table>	12	E	KCAL	1º Ensalada fresca ecológica	PROT	788,50	2º Arroz con acelgas	CA	27,43g	Longanizas con tomate	FE	169,07mg	Fruta	HDC	7,41mg		LIP	106,50g		LIP	28,87g			
8	E	KCAL																																																																																																											
1º Festivo	PROT																																																																																																												
2º	CA																																																																																																												
P	FE																																																																																																												
	HDC																																																																																																												
	LIP																																																																																																												
9	E	KCAL																																																																																																											
1º Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	PROT	857,76																																																																																																											
2º Caracolas a la italiana	CA	31,70g																																																																																																											
Rodaja de merluza con guisantes encebollados	FE	197,26mg																																																																																																											
Fruta	HDC	5,00mg																																																																																																											
	LIP	122,77g																																																																																																											
	LIP	41,42g																																																																																																											
10	E	KCAL																																																																																																											
1º Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla	PROT	823,31																																																																																																											
2º Sopa de cocido	CA	56,32g																																																																																																											
Pollo al horno con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)	FE	283,30mg																																																																																																											
Yogur Artesano	HDC	6,65mg																																																																																																											
	LIP	74,40g																																																																																																											
	LIP	38,52g																																																																																																											
11	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada fresca ecológica	PROT	783,67																																																																																																											
2º Potaje de garbanzos con verduras ECO	CA	32,50g																																																																																																											
Tortilla de patata con queso fresco	FE	315,67mg																																																																																																											
Fruta ECO	HDC	11,08mg																																																																																																											
	LIP	114,53g																																																																																																											
	LIP	22,09g																																																																																																											
12	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada fresca ecológica	PROT	788,50																																																																																																											
2º Arroz con acelgas	CA	27,43g																																																																																																											
Longanizas con tomate	FE	169,07mg																																																																																																											
Fruta	HDC	7,41mg																																																																																																											
	LIP	106,50g																																																																																																											
	LIP	28,87g																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>15</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada fresca ecológica</td><td>PROT</td><td>781,11</td></tr> <tr><td>2º Lentejas con verduras P/ECO</td><td>CA</td><td>33,38g</td></tr> <tr><td>Tortilla de patata con pan, tomate y jamón</td><td>FE</td><td>177,28mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>9,99mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>108,61g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>24,67g</td></tr> </table>	15	E	KCAL	1º Ensalada fresca ecológica	PROT	781,11	2º Lentejas con verduras P/ECO	CA	33,38g	Tortilla de patata con pan, tomate y jamón	FE	177,28mg	Fruta	HDC	9,99mg		LIP	108,61g		LIP	24,67g	<table border="1"> <tr><td>16</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Lechuga, olivas, maíz y tomate</td><td>PROT</td><td>928,08</td></tr> <tr><td>2º Crema (coliflor, chirivía, zanahoria, calabacín) P/ECO con tostones</td><td>CA</td><td>30,01g</td></tr> <tr><td>Pavo al curry con patatas</td><td>FE</td><td>101,96mg</td></tr> <tr><td>Fruta ECO</td><td>HDC</td><td>5,21mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>80,41g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>43,07g</td></tr> </table>	16	E	KCAL	1º Lechuga, olivas, maíz y tomate	PROT	928,08	2º Crema (coliflor, chirivía, zanahoria, calabacín) P/ECO con tostones	CA	30,01g	Pavo al curry con patatas	FE	101,96mg	Fruta ECO	HDC	5,21mg		LIP	80,41g		LIP	43,07g	<table border="1"> <tr><td>17</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Lechuga, tomate, zanahoria y pepino</td><td>PROT</td><td>928,34</td></tr> <tr><td>2º Macarrones integrales napolitana</td><td>CA</td><td>34,51g</td></tr> <tr><td>Boquerones enharinados con salsa tártara</td><td>FE</td><td>191,11mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>4,85mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>103,90g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>43,58g</td></tr> </table>	17	E	KCAL	1º Lechuga, tomate, zanahoria y pepino	PROT	928,34	2º Macarrones integrales napolitana	CA	34,51g	Boquerones enharinados con salsa tártara	FE	191,11mg	Fruta	HDC	4,85mg		LIP	103,90g		LIP	43,58g	<table border="1"> <tr><td>18</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada fresca ecológica</td><td>PROT</td><td>803,27</td></tr> <tr><td>2º Judías del ganxet con hortalizas</td><td>CA</td><td>32,71g</td></tr> <tr><td>Solomillo en salsa española con cous cous</td><td>FE</td><td>213,16mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>10,14mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>112,30g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>37,84g</td></tr> </table>	18	E	KCAL	1º Ensalada fresca ecológica	PROT	803,27	2º Judías del ganxet con hortalizas	CA	32,71g	Solomillo en salsa española con cous cous	FE	213,16mg	Fruta	HDC	10,14mg		LIP	112,30g		LIP	37,84g	<table border="1"> <tr><td>19</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Hummus de zanahoria</td><td>PROT</td><td>841,84</td></tr> <tr><td>2º Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa)</td><td>CA</td><td>33,81g</td></tr> <tr><td>Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</td><td>FE</td><td>285,75mg</td></tr> <tr><td>Lácteo</td><td>HDC</td><td>6,89mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>101,45g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>33,51g</td></tr> </table>	19	E	KCAL	1º Hummus de zanahoria	PROT	841,84	2º Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa)	CA	33,81g	Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)	FE	285,75mg	Lácteo	HDC	6,89mg		LIP	101,45g		LIP	33,51g
15	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada fresca ecológica	PROT	781,11																																																																																																											
2º Lentejas con verduras P/ECO	CA	33,38g																																																																																																											
Tortilla de patata con pan, tomate y jamón	FE	177,28mg																																																																																																											
Fruta	HDC	9,99mg																																																																																																											
	LIP	108,61g																																																																																																											
	LIP	24,67g																																																																																																											
16	E	KCAL																																																																																																											
1º Lechuga, olivas, maíz y tomate	PROT	928,08																																																																																																											
2º Crema (coliflor, chirivía, zanahoria, calabacín) P/ECO con tostones	CA	30,01g																																																																																																											
Pavo al curry con patatas	FE	101,96mg																																																																																																											
Fruta ECO	HDC	5,21mg																																																																																																											
	LIP	80,41g																																																																																																											
	LIP	43,07g																																																																																																											
17	E	KCAL																																																																																																											
1º Lechuga, tomate, zanahoria y pepino	PROT	928,34																																																																																																											
2º Macarrones integrales napolitana	CA	34,51g																																																																																																											
Boquerones enharinados con salsa tártara	FE	191,11mg																																																																																																											
Fruta	HDC	4,85mg																																																																																																											
	LIP	103,90g																																																																																																											
	LIP	43,58g																																																																																																											
18	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada fresca ecológica	PROT	803,27																																																																																																											
2º Judías del ganxet con hortalizas	CA	32,71g																																																																																																											
Solomillo en salsa española con cous cous	FE	213,16mg																																																																																																											
Fruta	HDC	10,14mg																																																																																																											
	LIP	112,30g																																																																																																											
	LIP	37,84g																																																																																																											
19	E	KCAL																																																																																																											
1º Hummus de zanahoria	PROT	841,84																																																																																																											
2º Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa)	CA	33,81g																																																																																																											
Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)	FE	285,75mg																																																																																																											
Lácteo	HDC	6,89mg																																																																																																											
	LIP	101,45g																																																																																																											
	LIP	33,51g																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>22</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Lechuga, tomate, zanahoria y olivas</td><td>PROT</td><td>813,90</td></tr> <tr><td>2º Canelones gratinados con bechamel</td><td>CA</td><td>38,99g</td></tr> <tr><td>Bacalao gratinado provenzal con tomate grillé</td><td>FE</td><td>379,77mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>4,15mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>70,45g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>42,61g</td></tr> </table>	22	E	KCAL	1º Lechuga, tomate, zanahoria y olivas	PROT	813,90	2º Canelones gratinados con bechamel	CA	38,99g	Bacalao gratinado provenzal con tomate grillé	FE	379,77mg	Fruta	HDC	4,15mg		LIP	70,45g		LIP	42,61g	<table border="1"> <tr><td>23</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada fresca ecológica</td><td>PROT</td><td>783,00</td></tr> <tr><td>2º Sopa de cocido con verduras ECO</td><td>CA</td><td>49,20g</td></tr> <tr><td>Pollo a la miel con pimientos</td><td>FE</td><td>175,10mg</td></tr> <tr><td>Fruta ECO</td><td>HDC</td><td>8,72mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>102,39g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>24,95g</td></tr> </table>	23	E	KCAL	1º Ensalada fresca ecológica	PROT	783,00	2º Sopa de cocido con verduras ECO	CA	49,20g	Pollo a la miel con pimientos	FE	175,10mg	Fruta ECO	HDC	8,72mg		LIP	102,39g		LIP	24,95g	<table border="1"> <tr><td>24</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º DIA DEL SALMOREJO Salmorejo</td><td>PROT</td><td>912,01</td></tr> <tr><td>2º Garbanzos con espinacas</td><td>CA</td><td>30,40g</td></tr> <tr><td>Coca de titaina valenciana</td><td>FE</td><td>363,75mg</td></tr> <tr><td>Yogur valenciano</td><td>HDC</td><td>8,02mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>87,81g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>49,40g</td></tr> </table>	24	E	KCAL	1º DIA DEL SALMOREJO Salmorejo	PROT	912,01	2º Garbanzos con espinacas	CA	30,40g	Coca de titaina valenciana	FE	363,75mg	Yogur valenciano	HDC	8,02mg		LIP	87,81g		LIP	49,40g	<table border="1"> <tr><td>25</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada fresca ecológica</td><td>PROT</td><td>912,36</td></tr> <tr><td>2º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>CA</td><td>31,70g</td></tr> <tr><td>Merluza en salsa verde con brócoli</td><td>FE</td><td>201,90mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>5,60mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>88,91g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>32,34g</td></tr> </table>	25	E	KCAL	1º Ensalada fresca ecológica	PROT	912,36	2º Arroz a la cubana (tomate y huevo)	CA	31,70g	Merluza en salsa verde con brócoli	FE	201,90mg	Fruta	HDC	5,60mg		LIP	88,91g		LIP	32,34g	<table border="1"> <tr><td>26</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada con fruta</td><td>PROT</td><td>954,63</td></tr> <tr><td>2º Crema de guisantes y zanahoria con tostones</td><td>CA</td><td>22,76g</td></tr> <tr><td>Albóndigas estilo marroquí con patatas</td><td>FE</td><td>131,46mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>4,75mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>101,82g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>51,73g</td></tr> </table>	26	E	KCAL	1º Ensalada con fruta	PROT	954,63	2º Crema de guisantes y zanahoria con tostones	CA	22,76g	Albóndigas estilo marroquí con patatas	FE	131,46mg	Fruta	HDC	4,75mg		LIP	101,82g		LIP	51,73g
22	E	KCAL																																																																																																											
1º Lechuga, tomate, zanahoria y olivas	PROT	813,90																																																																																																											
2º Canelones gratinados con bechamel	CA	38,99g																																																																																																											
Bacalao gratinado provenzal con tomate grillé	FE	379,77mg																																																																																																											
Fruta	HDC	4,15mg																																																																																																											
	LIP	70,45g																																																																																																											
	LIP	42,61g																																																																																																											
23	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada fresca ecológica	PROT	783,00																																																																																																											
2º Sopa de cocido con verduras ECO	CA	49,20g																																																																																																											
Pollo a la miel con pimientos	FE	175,10mg																																																																																																											
Fruta ECO	HDC	8,72mg																																																																																																											
	LIP	102,39g																																																																																																											
	LIP	24,95g																																																																																																											
24	E	KCAL																																																																																																											
1º DIA DEL SALMOREJO Salmorejo	PROT	912,01																																																																																																											
2º Garbanzos con espinacas	CA	30,40g																																																																																																											
Coca de titaina valenciana	FE	363,75mg																																																																																																											
Yogur valenciano	HDC	8,02mg																																																																																																											
	LIP	87,81g																																																																																																											
	LIP	49,40g																																																																																																											
25	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada fresca ecológica	PROT	912,36																																																																																																											
2º Arroz a la cubana (tomate y huevo)	CA	31,70g																																																																																																											
Merluza en salsa verde con brócoli	FE	201,90mg																																																																																																											
Fruta	HDC	5,60mg																																																																																																											
	LIP	88,91g																																																																																																											
	LIP	32,34g																																																																																																											
26	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada con fruta	PROT	954,63																																																																																																											
2º Crema de guisantes y zanahoria con tostones	CA	22,76g																																																																																																											
Albóndigas estilo marroquí con patatas	FE	131,46mg																																																																																																											
Fruta	HDC	4,75mg																																																																																																											
	LIP	101,82g																																																																																																											
	LIP	51,73g																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>29</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Lechuga, tomate, zanahoria y pimiento</td><td>PROT</td><td>795,11</td></tr> <tr><td>2º Guisado de patatas y verduras de temporada con majado</td><td>CA</td><td>34,39g</td></tr> <tr><td>Goulash de magro con gnocchis</td><td>FE</td><td>171,41mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>6,87mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>116,83g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>30,03g</td></tr> </table>	29	E	KCAL	1º Lechuga, tomate, zanahoria y pimiento	PROT	795,11	2º Guisado de patatas y verduras de temporada con majado	CA	34,39g	Goulash de magro con gnocchis	FE	171,41mg	Fruta	HDC	6,87mg		LIP	116,83g		LIP	30,03g	<table border="1"> <tr><td>30</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º Ensalada de verduras de temporada</td><td>PROT</td><td>801,77</td></tr> <tr><td>2º Quesadilla vegetal</td><td>CA</td><td>28,54g</td></tr> <tr><td>Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)</td><td>FE</td><td>270,28mg</td></tr> <tr><td>Fruta</td><td>HDC</td><td>4,05mg</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>124,31g</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td><td>21,60g</td></tr> </table>	30	E	KCAL	1º Ensalada de verduras de temporada	PROT	801,77	2º Quesadilla vegetal	CA	28,54g	Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	FE	270,28mg	Fruta	HDC	4,05mg		LIP	124,31g		LIP	21,60g																																																																		
29	E	KCAL																																																																																																											
1º Lechuga, tomate, zanahoria y pimiento	PROT	795,11																																																																																																											
2º Guisado de patatas y verduras de temporada con majado	CA	34,39g																																																																																																											
Goulash de magro con gnocchis	FE	171,41mg																																																																																																											
Fruta	HDC	6,87mg																																																																																																											
	LIP	116,83g																																																																																																											
	LIP	30,03g																																																																																																											
30	E	KCAL																																																																																																											
1º Ensalada de verduras de temporada	PROT	801,77																																																																																																											
2º Quesadilla vegetal	CA	28,54g																																																																																																											
Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	FE	270,28mg																																																																																																											
Fruta	HDC	4,05mg																																																																																																											
	LIP	124,31g																																																																																																											
	LIP	21,60g																																																																																																											