



CEIP EDUARDO LÓPEZ PALOP - ENGUERA

Abril 2024
Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1	2	3	4	5
FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO
8 NO LECTIVO	9 Kcal 801 Glú 85 Líp 28 Pro 47 Pan con aceite Macarrones integrales c tomate, cebolla y atún Filete de merluza con salsa mery Postre Fruta Pan	10 Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Mezclum, tomate, maíz y zanahoria Sopa de ave con lluvia Pollo al horno con cebolla y patatas Postre Fruta Pan integral	11 Kcal 930 Glú 96 Líp 37 Pro 47 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Paella de verduras y alcachofas Rollito de york y queso Postre Fruta Pan	12 Kcal 832 Glú 87 Líp 36 Pro 39 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Potaje de garbanzos con hortalizas Tortilla francesa Postre Lácteo Pan
15 Kcal 773 Glú 84 Líp 32 Pro 32 Mezclum, tomate, maíz y zanahoria Guisado marinero con patatas Nuggets de brócoli Postre Fruta Pan	16 Kcal 832 Glú 85 Líp 35 Pro 40 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Espaguetis a la carbonara Huevos a la flamenca Postre Fruta Pan	17 Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Mezclum, tomate, maíz y zanahoria Sopa de cocido Cocido Postre Fruta Pan integral	18 Kcal 825 Glú 90 Líp 31 Pro 41 Humus de garbanzos con pimentón Ensalada valenciana completa con naranja Arroz al horno Postre Lácteo Pan	19 Kcal 749 Glú 83 Líp 25 Pro 43 Lechuga, tomate, maíz y naranja Lentejas con arroz integral y hortalizas ECO Abadejo al horno a la gallega con ajitos Postre Fruta ECO Pan
22 Kcal 719 Glú 86 Líp 25 Pro 34 Iceberg, tomate, zanahoria y aceitunas Crema de legumbres y hortalizas ECO Dore de merluza al horno Postre Fruta Pan	23 Kcal 894 Glú 92 Líp 37 Pro 42 JORNADA GASTRONÓMICA Pincho de tortilla de patata con pan y tomate Fideuà Postre Lácteo Pan	24 Kcal 797 Glú 91 Líp 31 Pro 33 Mezclum, tomate, maíz y zanahoria Guisado de albóndigas con guisantes y patatas Pizza de York y queso Postre Fruta Pan integral	25 Kcal 904 Glú 89 Líp 36 Pro 50 Iceberg, maíz, tomate y zanahoria Arroz a la cubana Longanizas de magro al horno Postre Fruta Pan	26 Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Sopa maravilla de ave Pollo a la cazadora Postre Fruta Pan
29 Kcal 784 Glú 87 Líp 27 Pro 43 Lechuga, tomate, maíz y naranja Macarrones integrales a la sorrentina Hamburguesa de coliflor y sésamo Postre Fruta ECO Pan	30 Kcal 680 Glú 77 Líp 25 Pro 40 Escarola, tomate, maíz y zanahoria Crema de alubias blancas y hortalizas Lomo adobado con pisto Postre Fruta Pan			

RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA CENA



CEIP EDUARDO LÓPEZ PALOP - ENGUERA

Abril 2024
Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1	2	3	4	5
FESTIU	NO LECTIU	NO LECTIU	NO LECTIU	NO LECTIU
8 NO LECTIU	9 Kcal 801 Glú 85 Líp 28 Pro 47 Pa amb oli Macarrons integrals, tomata, ceba, tonyina Filet de lluç en salsa mery Postre Fruita Pa	10 Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Mesclum, tomata, dacsca y carlota Sopa d'au amb plutja Pollastre al forn amb ceba i creïlles Postre Fruita Pa integral	11 Kcal 930 Glú 96 Líp 37 Pro 47 Escaròla, tomata, dacsca i carlota Paella de verdures i carxofes Rellom de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa	12 Kcal 832 Glú 87 Líp 36 Pro 39 Escaròla, tomata, dacsca i carlota Potaje de cigrons amb hortalisses Truitada francesa Postre Lacti Pa
15 Kcal 773 Glú 84 Líp 32 Pro 32 Mesclum, tomata, dacsca y carlota Guisat mariner amb creïlles Nuggets de bròcoli Postre Fruita Pa	16 Kcal 832 Glú 85 Líp 35 Pro 40 Escaròla, tomata, dacsca i carlota Espaguetis carbonara Ous a la flamenca Postre Fruita Pa	17 Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Mesclum, tomata, dacsca y carlota Sopa de putxero Putxero Postre Fruita Pa integral	18 Kcal 825 Glú 90 Líp 31 Pro 41 Hummus de cigrons amb pimentò Amanida valenciana completa amb taronja Arròs al forn Postre Lacti Pa	19 Kcal 749 Glú 83 Líp 25 Pro 43 Enciam, tomata, dacsca i taronja Llenties amb arròs integral i hortalisses ECO Abadejo al forn a la gallega amb allets Postre Fruita ECO Pa
22 Kcal 719 Glú 86 Líp 25 Pro 34 Iceberg, tomata, carlota i olives Crema de llegums i hortalisses ECO Dore de lluç al forn Postre Fruita Pa	23 Kcal 894 Glú 92 Líp 37 Pro 42 JORNADA GASTRONÓMICA "Pintxo" de truitada de creïlles amb pa i tomata Fideuà Postre Lacti Pa	24 Kcal 797 Glú 91 Líp 31 Pro 33 Mesclum, tomata, dacsca y carlota Guisat de mandonguilles amb pesòls i creïlles Pizza de pernil dolç i formatge Postre Fruita Pa integral	25 Kcal 904 Glú 89 Líp 36 Pro 50 Iceberg, tomata, dacsca i carlota Arròs a la cubana Llonganisses de magre casolanes al forn Postre Fruita Pa	26 Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Escaròla, tomata, dacsca i carlota Sopa maravel·la d'au Pollastre a la caçadora Postre Fruita Pa
29 Kcal 784 Glú 87 Líp 27 Pro 43 Enciam, tomata, dacsca i taronja Macarrons integrals a la sorrentina Hamburguesa de col i sèsam Postre Fruita ECO Pa	30 Kcal 680 Glú 77 Líp 25 Pro 40 Escaròla, tomata, dacsca i carlota Crema de fesols blancs i hortalisses Llom adobat amb samfaina Postre Fruita Pa			

RECOMANACIONS DE SOPAR



☎ 902 103 478 Atenció al client

🌐 www.tamar.es



🗨 DINAR

🍽 SOPAR