



CEIP EDUARDO LOPEZ PALOP - ENGUERA

Septiembre 2026

Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

FESTIVO

FESTIVO



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)



Alérgenos: 1. Gluten 2. Frutos Cáscara 3. Crustáceos 4. Huevo 5. Pescado 6. Cacahuete 7. Soja 8. Leche 9. Apio 10. Mostaza 11. Sésamo 12. Sulfitos 13. Altramuzos 14. Moluscos



CEIP EDUARDO LOPEZ PALOP - ENGUERA

Septembre 2026

Menú Basal

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

2

3

4

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

Kcal 732 Glú 91 Líp 28 Pro 22
Mesclum, tomata, dacs i remolatxa

1° Llentilles juliana (1)

2° Truita francesa amb formatge (4.8)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Puré de creïlla i xulla de titot

Kcal 780 Glú 104 Líp 25 Pro 29
Torrada d'humus (1.7.10.11)

1° Amanida mediterrànea (4)

2° Arròs a banda (3.5.12.14)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sopa juliana i pit de pollastre

Kcal 736 Glú 112 Líp 20 Pro 23
Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Espaguetis integrals amb tonyina (1.4.5.7.10)

2° Filet de lluç en salsa meri (3.5.14)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Bullit d'espínacs i llom cinta

Kcal 689 Glú 96 Líp 24 Pro 28
Torrada de tomata i orenga (1.7.10)
1° Amanida de pasta, tonyina, dacs i olives (1.4.5.7.10)

2° Bacallà a la biscaina (3.5.14)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Crema de carabasseta y filet de pollastre

Kcal 793 Glú 114 Líp 25 Pro 22
Enciam, tomata, olives (12) i dacs
1° Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO (1)

2° Truita francesa (4)

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sopa d'au i filet de vedella

Kcal 729 Glú 97 Líp 24 Pro 27
Enciam, tomata, dacs i cogombre
1° Guisat mariner amb creïlles (3.5.12.14)

2° Llom cinta amb samfaina (1.7.8.9.10)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Fesols tendres amb tomata i orada

Kcal 738 Glú 97 Líp 23 Pro 91
Enciam, tomata, dacs i carlota
1° Espirals integrals sorrentina (1.4.7.8.10)
2° Ventresca de lluç a la gallega (3.5.14)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Bullit de bledes i hamburguesa

Kcal 754 Glú 113 Líp 21 Pro 22
Torrada de formatge (1.4.7.8.10)
1° Amanida completa amb carlota, cogombre y cigrons

2° Paella valenciana

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Sopa juliana i salmó

Kcal 750 Glú 113 Líp 21 Pro 21
Mesclum, tomata, carlota i remolatxa
1° Crema de fesols blancs, carabasseta i poma

2° Ales al forn a las fines herbes

Postre Fruita Pa (1.7.10)
Sopar Escalivada i truita francesa

Kcal 738 Glú 97 Líp 27 Pro 35
Mesclum, tomata, carlota i remolatxa

1° Crema de llegums i hortalisses ECO

2° Pollastre a la caçadora amb carlota (12)

Postre Fruita Pa int(1.7.10)
Sopar Bullit de bledes i truita

Kcal 709 Glú 97 Líp 23 Pro 29
Torrada de tomata amb oli (1.7.10)

1° Sopa d'au

2° Rellom de pollastre empanat (1.7.8.13)

Postre Lacti (8) Pa int(1.7.10)
Sopar Pèsols amb pernil i llobarro

FESTIU

FESTIU



www.tamar.es

Dietistas-Nutricionistas: Gonzalo de Lucio Delgado (Col. EUS00409)

