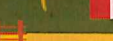


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis sin gluten con tomate Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan sin gluten Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos sin gluten Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan sin gluten y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera sin gluten (maicena) Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan sin gluten Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses sin gluten Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Macarrones sin gluten con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan sin gluten Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Legumbres (no lenteja) con verduras Croquetas sin gluten Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan sin gluten Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone sin gluten Tosta de atún (pan sin gluten) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan sin gluten Yogur natural	Legumbres (no lenteja) con arroz integral Boquerones en tempura sin gluten (maicena) Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa sin gluten con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses sin gluten Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan sin gluten Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos (sin comino) con tosta de Pan sin gluten Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros sin gluten (maicena) Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan sin gluten Fruta fresca de temporada	Legumbres (no lenteja) con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan sin gluten Postre sin gluten	 Espaguetis sin gluten con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan sin gluten Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Fideos ECO con tomate Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral ¹ Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Croquetas de jamón y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	Hervido Fajitas veggie (verduras y soja texturizada)  Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos <i>con tosta de pan</i> Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Doriyaki	 Espaguetis integrales a la carbonara Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por
nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Queso fresco Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Lomo a la plancha con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de queso Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos (sin sésamo) con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Lomo a la plancha Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin frutos secos	 Espaguetis integrales a la carbonara Pechuga de pavo al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca permitida	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca permitida	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur de soja	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca permitida	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca permitida
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses sin lactosa Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida	Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur de soja	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca permitida	Lentejas ECO con verduras Nuggets sin lactosa Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de atún (sin queso) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur de soja	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca permitida	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses sin lactosa Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca permitida	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca permitida	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Yogur de soja	 Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca permitida
	No se darán las siguientes frutas: manzana, pera, ciruela, melocotón, albaricoque.	 		 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Croquetas de jamón y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de atún Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo <i>Hummus de garbanzos (sin sésamo)</i> con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin frutos secos	 Espaguetis integrales a la carbonara Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Etx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Rustidera de pescado Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de verduras con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral^y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias ^(guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9 Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses sin carne Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	 10 Arroz con verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	11 Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	12 Crema de alubias blancas y verduras Cous cous con calabacín y zanahoria Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	13 Lentejas ECO con verduras Croquetas de bacalao y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16 FESTIVO	17 Sopa de verduras Fajitas veggie ^(verduras y soja texturizada)  Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	18 Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	19 Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa vegetal con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	20 Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses sin carne Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23  Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	24 Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	25 Crema de zanahoria Rustidera de pescado Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	26 Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Doriyaki	27 CARNIVAL Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan  Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de ave con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Pescado al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	Sopa de verduras Fajitas veggíe (verduras y soja texturizada)  Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Pescado asado Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa vegetal con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo cocido Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Pescado al horno Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Doriyaki	Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan  Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca permitida	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca permitida	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca permitida	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca permitida
9	10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida	 Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca permitida	Lentejas ECO con verduras Croquetas de jamón y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Fajitas veggie (verduras y soja texturizada) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca permitida	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca permitida	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca permitida	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Yogur natural	Espaguetis integrales a la carbonara Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca permitida 
	No se darán las siguientes frutas: manzana, pera, ciruela, melocotón, albaricoque	 	Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla francesa con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta fresca de temporada	Crema de verduras (sin patata) Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos integrales Cocido de garbanzos con verduras (sin patata) Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Pescado asado Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de verduras con merluza Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Fruta fresca de temporada	Arroz integral con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone (pasta integral) Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de maíz, tomate y lechuga Yogur natural	Lentejas con arroz integral Pescado asado Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas (sin patata) Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz integral con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan integral Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Pescado al horno Ensalada de pepino, maíz y lechuga Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria (sin patata) Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur natural	Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada 
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Croquetas de jamón y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de atún Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo Escalibada triturada <i>con tosta de pan</i> Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Postre sin frutos secos	 Espaguetis integrales a la carbonara Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca permitida pelada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca permitida pelada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca permitida pelada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca permitida pelada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida pelada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida pelada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca permitida pelada	Lentejas ECO con verduras Croquetas de jamón y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida pelada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de atún Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca permitida pelada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida pelada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida pelada
23	24	25	26	27 CARNIVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos (sin sésamo) con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca permitida pelada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca permitida pelada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida pelada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin frutos secos	 Espaguetis integrales a la carbonara Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca permitida pelada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



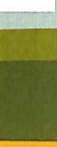
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de ave con fideos ECO Patata con verdura cocida Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Croquetas de jamón y varitas Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Fajitas veggie (verduras y soja texturizada) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa y entremeses Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Escalibada triturada con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Dorlyaki	 Espaguetis integrales a la carbonara Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
			Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis sin gluten con tomate Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Salteado de calabacín con patata Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos sin gluten Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera (frito no huevo) Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones sin gluten con tomate Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone sin gluten Tosta de atún Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura (frito no huevo) Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Lomo a la plancha Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros (frito sin huevo) Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin huevo	 Espaguetis sin gluten con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
	En este menú se utilizarán pastas sin trazas de huevo	 	Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA 

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur de soja	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses sin lactosa Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur de soja	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Nuggets sin lactosa Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de atún (sin queso) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur de soja	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses sin lactosa Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin lactosa	 Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 		 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Revuelto de huevo y calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de ave con fideos ECO Patata con verdura cocida Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz blanco Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras permitidas Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Tosta de atún Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Arroz blanco Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Escalibada triturada con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Sopa de verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Guiso de verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin soja	 Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
			Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



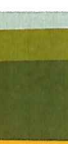
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis sin gluten con tomate Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Revuelto de huevo y calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de ave con fideos sin gluten Patata con verdura cocida Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz blanco Queso fresco Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	10	11	12	13
Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	 Arroz con pollo y verduras de proximidad Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones sin gluten con tomate y huevo Lomo a la plancha con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa de verduras Tosta de queso Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Arroz blanco Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
Arroz con tomate y huevo <i>Escalibada triturada con tosta de pan</i> Lechuga, zanahoria y remolacha  Fruta fresca de temporada	Sopa de verduras Lomo a la plancha Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Guiso de verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin frutos secos y soja	Espaguetis sin gluten con tomate Pechuga de pavo al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada 
	En este menú se utilizarán pastas sin trazas de soja	 	Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA 

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales boloñesa Tortilla con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur natural	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral^Y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Queso fresco Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta fresca de temporada
9	10	11	12	13
Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	 Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Lomo a la plancha con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur natural	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa minestrone Fajitas veggie (verduras y soja texturizada) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur natural	Lentejas con arroz integral Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Hamburguesa con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Lomo a la plancha Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Doriyaki	 Espaguetis integrales a la carbonara Pechuga de pavo al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 	Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA 

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur de soja	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur de soja	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa de verduras Tosta de atún (sin queso) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur de soja	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos (sin sésamo) con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin PLV y frutos secos	 Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 		 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Alitas de pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur de soja	 Sopa de cocido con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral ^y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias ^(guisante, maíz y zanahoria) Bacaladilla crujiente casera Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con entremeses sin PLV Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad Crunchybanzos Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur de soja	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa de verduras Tosta de atún (sin queso) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur de soja	Lentejas con arroz integral Boquerones en tempura Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa y entremeses sin PLV Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Boquerones rebozados caseros Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Huevos rotos Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Postre sin PLV	 Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
		 		 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla francesa de claras con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca permitida	Fabada vegetal Revuelto de huevo (sólo claras) y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca permitida	Crema de calabaza asada Pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur desnatado	 Sopa de verduras con fideos ECO Cocido de garbanzos con verduras Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca permitida	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Pescado al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca permitida
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa de claras con entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida	Arroz con pollo y verduras de proximidad Garbanzos estofados Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida	Macarrones integrales con tomate y huevo (sólo clara) Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur desnatado	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca permitida	Legumbres (no lenteja) con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa de verduras Tosta de atún Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur desnatado	Legumbres (no lenteja) con arroz integral Pescado asado Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca permitida	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca permitida	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa de claras y entremeses permitidos Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca permitida
23	24	25	26	27 CARNAVAL
Arroz con tomate y huevo (sólo clara) Hummus de garbanzos con tosta de pan Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca permitida 	Alubias con verduras Pescado al horno Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca permitida	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca permitida	Legumbres (no lenteja) con verduras Tortilla francesa de claras Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Yogur desnatado	Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan Fruta fresca permitida 
			Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales con tomate Tortilla francesa de claras con queso Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada	Fabada vegetal Revuelto de huevo (sólo claras) y patata con calabacín Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de calabaza asada Pollo al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pan Yogur desnatado	 Sopa de verduras con fideos ECO <i>Cocido de garbanzos con verduras</i> Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Pan integral y Fruta fresca de temporada	Arroz integral tres delicias (guisante, maíz y zanahoria) Pescado al horno Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan Fruta fresca de temporada
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa de claras con entremeses bajos en grasas Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada	Arroz con pollo y verduras de proximidad <i>Crunchybanzos</i> Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Macarrones integrales con tomate y huevo (sólo clara) Merluza horneada con daditos de zanahoria Lechuga, zanahoria y remolacha Pan Yogur desnatado	Crema de alubias blancas y verduras Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Pan integral Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa de verduras Fajitas veggie (verduras y soja texturizada) Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan integral Yogur desnatado	Lentejas con arroz integral Pescado asado Ensalada de lechuga, apio y aceitunas Pan Fruta fresca de temporada	Crema de verduras mediterráneas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada	Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla francesa de claras y entremeses bajos en grasas Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con tomate y huevo (sólo clara) <i>Hummus de garbanzos con tosta de pan</i> Lechuga, zanahoria y remolacha Fruta fresca de temporada	Alubias con verduras Pescado al horno Ensalada de pepino, maíz y lechuga Pan integral Fruta fresca de temporada	Crema de zanahoria Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Pan Fruta fresca de temporada	Lentejas ECO con verduras Tortilla francesa de claras Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Pan integral Yogur desnatado	Espaguetis integrales con tomate Merluza al horno con pisto de verduras Ensalada de maíz, tomate y lechuga Pan  Fruta fresca de temporada
		 	 Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d' Elx	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis integrales en blanco Tortilla con queso Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Patatas estofadas con verduras permitidas Revuelto de huevo y calabacín Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Crema de verduras permitidas Alitas de pollo al horno Ensalada de vegetales permitidos Pan Yogur natural	 Sopa de ave con fideos ECO Patata con verdura cocida permitida Ensalada de vegetales permitidos Pan y Fruta fresca Permitida	Arroz blanco Bacaladilla crujiente casera Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida
9	 10	11	12	13
Guiso de patatas con merluza (sin tomate) Tortilla francesa con entremeses permitidos Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Arroz con pollo y verduras permitidas Lomo a la plancha Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Macarrones integrales con huevo Merluza horneada con daditos de zanahoria Ensalada de vegetales permitidos Pan Yogur natural	Crema de verduras permitidas Ragout de pavo con zanahoria y cebolla Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Patatas estofadas con verduras permitidas Filete de aguja en su jugo Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida
16	17	18	19	20
FESTIVO	 Sopa de fideos Tosta de atún (sin tomate) Ensalada de vegetales permitidos Pan Yogur natural	Arroz blanco Boquerones en tempura Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Crema de verduras permitidas Pechuga de pavo con boniato Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Patatas estofadas con verduras permitidas Tortilla francesa y entremeses permitidos Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida
23	24	25	26	27 CARNAVAL
 Arroz con huevo Lomo a la plancha Pan Ensalada de vegetales permitidos Fruta fresca Permitida	Sopa de fideos Boquerones rebozados caseros Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Crema de verduras permitidas Pollo al horno con hierbas provenzales Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida	Guiso de verduras permitidas Huevos rotos Ensalada de vegetales permitidos Pan Yogur natural	Espaguetis integrales en blanco Merluza al horno con pisto de verduras permitidas Ensalada de vegetales permitidos Pan Fruta fresca Permitida 
	Evitar legumbres, guisantes, soja, maíz, tomate, pepinillos, col lombarda. No pan integral. No bollería industrial y procesados. No zumos, refrescos, miel, chucherías, ketchup, tomate frito. No se darán las siguientes frutas: manzana, pera, ciruela, melocotón, albaricoque.	 	Una vez al mes se servirá leche fresca de nuestra granja de proximidad, La Vaquería del Camp d'Elx 	 Descubriendo la proteína vegetal LA COMIDA NO SE TIRA

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.

