



mendozacolectividades.com

AL MENJADOR

Com a casa!

MENU 2024
OCTUBRE / OCTUBRE

LUNES / DILLUNS		MARTES / DIMARTS		MIÉRCOLES / DIMECRES		JUEVES / DIJOUS		VIERNES / DIVENDRES	
		1	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida de la tardor / <i>Ensalada de otoño</i> 🍎</p> <p>Llenties estofades</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Truita de pit de titot 🍷 🍷 🍷</p> <p>Tortilla de pechuga de pavo 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 831.5 HC: 93.6 P: 36 G: 34.4</p>	2	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida mixta / <i>Ensalada mixta</i></p> <p>Sopa de peix de la llotja vilera 🍷 🍷 🍷</p> <p>Sopa de pescado de la lonja vilera 🍷 🍷 🍷</p> <p>Pollastre al forn amb xampinyons</p> <p>Pollo al horno con champiñones</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 705.4 HC: 86.6 P: 31.5 G: 25.3</p>	3	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida Mendoza / <i>Ensalada con verduras eco</i></p> <p>Crema de carabassa</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Hamburguesa amb creïlles al forn 🍷 🍷 🍷</p> <p>Hamburguesa con patatas al horno 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fruita ecològica / <i>Fruta ecológica</i></p> <p>E: 759.6 HC: 100.7 P: 21.1 G: 29.5</p>	4	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida completa amb ou dur i panses 🍷 🍷 🍷</p> <p>Ensalada completa con huevo duro y pasas 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fideuà de peix de la llotja vilera 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fideuá de pescado de la lonja vilera 🍷 🍷 🍷</p> <p>logurt artesà 🍷</p> <p>Yogur artesano 🍷</p> <p>E: 758.8 HC: 90 P: 34.5 G: 28.2</p>
7	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida mediterrània / <i>Ensalada mediterranea</i></p> <p>Sopa de pollastre 🍷 🍷</p> <p>Sopa de pollo 🍷 🍷</p> <p>Cinta de llom amb salsa de verdura</p> <p>Cinta de lomo con salsa de verdura</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 755.9 HC: 95.1 P: 30.9 G: 27.3</p>	8	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida campera / <i>Ensalada campera</i></p> <p>Crema de verdures 🍷</p> <p>Crema de verduras 🍷</p> <p>Mandonguilles a la jardineria</p> <p>Albóndigas a la jardinera</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 789.7 HC: 97 P: 29.2 G: 30.9</p>	9	<p>NO LECTIU NO LECTIVO</p> 	10	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida valenciana / <i>Ensalada valenciana</i></p> <p>Arròs blanc amb tomaca</p> <p>Arroz blanco con tomate</p> <p>Truita de tonyina 🍷 🍷</p> <p>Tortilla de atún 🍷 🍷</p> <p>Fruita ecològica / <i>Fruta ecológica</i></p> <p>E: 757.9 HC: 100.6 P: 19.8 G: 30</p>	11	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida Mendoza / <i>Ensalada Mendoza</i></p> <p>Fesols estofats</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Peix al forn amb hortalisses 🍷</p> <p>Pescado al horno con hortalizas 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 734.6 HC: 84.9 P: 35.7 G: 27.4</p>
14	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida Mendoza / <i>Ensalada Mendoza</i></p> <p>Pael·la valenciana</p> <p>Pael·la valenciana</p> <p>Peix a l'andalusa 🍷 🍷</p> <p>Pescado a la andaluza 🍷 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 771.4 HC: 96.3 P: 29.1 G: 29.3</p>	15	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida de la tardor / <i>Ensalada de otoño</i></p> <p>Llenties amb verdures de proximitat</p> <p>Lentejas con verduras de proximidad</p> <p>Truita de formatge 🍷 🍷</p> <p>Tortilla de queso 🍷 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 849.7 HC: 94.8 P: 39.6 G: 34.1</p>	16	<p>DINAR · COMIDA</p> 	17	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida parisena / <i>Ensalada parisina</i> 🍷</p> <p>Sopa de putxero 🍷 🍷</p> <p>Sopa de puchero 🍷 🍷</p> <p>Acompanyament de putxero amb pilota 🍷 🍷 🍷</p> <p>Complemento de cocido con pilota 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fruita ecològica / <i>Fruta ecológica</i></p> <p>E: 732.3 HC: 81.1 P: 35.4 G: 28.9</p>	18	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida valenciana / <i>Ensalada valenciana</i></p> <p>Bollit valencià</p> <p>Hervido valenciano</p> <p>Peix al forn amb salsa verda i pèsols 🍷 🍷 🍷</p> <p>Pescado al horno en salsa verde con guisantes 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 717.6 HC: 92.6 P: 29 G: 27.1</p>
21	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida campera / <i>Ensalada campera</i></p> <p>Sopa de peix de la llotja vilera 🍷 🍷 🍷</p> <p>Sopa de pescado de la lonja vilera 🍷 🍷 🍷</p> <p>Pollastre guisat amb ceba</p> <p>Pollo guisado con cebolla</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 781.5 HC: 98 P: 32.4 G: 28.1</p>	22	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida Mendoza / <i>Ensalada Mendoza</i></p> <p>Crema de llegums</p> <p>Crema de legumbres</p> <p>Ventresca de lluç amb salsa de tomaca 🍷</p> <p>Ventresca de merluza con salsa de tomate 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 743.2 HC: 95.1 P: 27.3 G: 27.4</p>	23	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida completa amb ou dur i panses 🍷 🍷</p> <p>Ensalada completa con huevo duro y pasas 🍷 🍷</p> <p>Arròs al forn amb cigrons i carn 🍷</p> <p>Arroz al horno con garbanzos y carne 🍷</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E: 799.6 HC: 107.6 P: 29.5 G: 27.5</p>	24	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida mediterrània / <i>Ensalada mediterránea</i></p> <p>Fesols amb bledes de proximitat</p> <p>Alubias con acelgas de proximidad</p> <p>Truita de pernil dolç 🍷</p> <p>Tortilla de jamón cocido 🍷</p> <p>Fruita ecològica / <i>Fruta ecológica</i></p> <p>E: 738.3 HC: 92 P: 33.2 G: 25.6</p>	25	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida mixta / <i>Ensalada mixta</i></p> <p>Guisat de pollastre 🍷</p> <p>Guisado de pollo 🍷</p> <p>Bunyols de bacallar 🍷 🍷 🍷</p> <p>Buñuelos de bacalao 🍷 🍷 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 717.6 HC: 82.9 P: 35.7 G: 26.3</p>
28	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida mediterrània / <i>Ensalada mediterránea</i></p> <p>Bollit valencià</p> <p>Hervido valenciano</p> <p>Peix empanat amb cherrys al forn 🍷 🍷</p> <p>Pescado empanado con cherrys al horno 🍷 🍷</p> <p>Fruita ecològica / <i>Fruta ecológica</i></p> <p>E: 732.1 HC: 96.7 P: 24.2 G: 26.8</p>	29	<p>DINAR · COMIDA</p> <p>Amanida mixta / <i>Ensalada mixta</i></p> <p>Potatge de cigrons</p> <p>Potaje de garbanzos</p> <p>Truita francesa amb formatge fresc callosí 🍷 🍷</p> <p>Tortilla francesa con queso fresco de Callosa 🍷 🍷</p> <p>Fruita de temporada / <i>Fruta de temporada</i></p> <p>E: 812.6 HC: 104.5 P: 35.3 G: 27.3</p>	30	<p>MENU ESPECIAL HALLOWEEN</p> 				

* Nuestros menús se adaptan a la recomendación de: "La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria, recomienda no ofrecer frutos secos enteros hasta que los niños hayan cumplido los cinco o seis años".

Este menú está validado por la Dietista-Nutricionista Gloria Baydal Martí (Nº Col:CV00669).