



CEIP LA RAMBLA

FEBRERO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Lentejas con verduras Jamón de pollo en salsa Fruta; rebanada de pan 675 Kcal 52%Hc 22%Prot 26%Lip 1 12	Sopa de fideos y garbanzos Abadejo al horno con patata Fruta; rebanada de pan 680kcal 58%Hc 18%P 24%Lip 1 3 6 10 12 4	Arroz con magro Tortilla francesa con queso Fruta; rebanada de pan 710Kcal 52%Hc 24%Prot 24% Lip 1 3 7	Macarrones con atún y queso fundido Salchichas frescas con tomate Fruta y rebanada de pan 780Kcal 46% Hc 21%Prot 33% Lip 1 3 6 10 4 7 12	Crema de calabacín ECO Pollo al horno Flan; rebanada de pan 710 Kcal 57%Hc 18%Prot 25%Lip 1 3 6 7 12
9	10	11	12	13
Sopa de cocido Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne) Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 61%Hc 16%Prot 23% Lip 1 3 6 10 12	Empedrado de alubias Hamburguesa de ternera Fruta; rebanada de pan 780 Kcal 53%Hc 21%Prot 26%Lip 1 12	Ensalada completa Canelones de carne Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 55%Hc 19%Prot 26% Lip 1 2 3 4 6 9 14	Hervido Valenciano Albondigas a la castellana Fruta; rebanada de pan 740Kcal 51%Hc 19%Prot 30%Lip 1 12	Patatas guisadas con pimentón Tacos de salmón con tomate Yogur; rebanada de pan 675Kcal 47% Hc 23%Prot 30%Lip 1 12 4 7
16	17	18	19	20
Fideua de pescado Longanizas con tomate Fruta; rebanada de pan 760 kcal 56%Hc 20%Prot 24% Lip 1 3 6 10 4 14 12	Arroz 5 delicias Tortilla francesa con calabacín Fruta; rebanada de pan 610 Kcal 61% Hc 13%Prot 26% Lip 1 2 3	Crema de verduras ECO Piza de Jamón york y queso Fruta; rebanada de pan 630Kcal 61% Hc 14%Prot 25% Lip 1 3 6 7 12	Sopa de cocido con relleno Garbanzos con patata y zanahoria Fruta; rebanada de pan 730 Kcal 56% Hc 20%Prot 24%Lip 1 12 3 7 6 10	Espaguetis boloñesa Filete de limanda con salsa verde Natillas; rebanada de pan 755 Kcal 49%Hc 25%Prot 26%Lip 1 3 10 6 4
23	24	25	26	27
Arroz de pescado Longaniza pollo Fruta; rebanada de pan 690Kcal51%Hc 21%Prot 28%Lip 1 4 14 2 7 6	Olleta Alicantina Tortilla de patatas Fruta; rebanada de pan 690 Kcal 54%Hc 17%Prot 29%Lip 1 3 12	Potaje de garbanzos Filete ruso Fruta; rebanada de pan 790Kcal 51%Hc 22% Prot 27%Lip 1 12	Pasta con verduras y queso fundido Bacalao al horno Fruta; rebanada de pan 660 Kcal 55% Hc 20%Prot 25% Lip 1 3 6 10 7 4 14	Crema de verduras con picatostes Pollo al horno con patata panadera Yogur y rebanada de pan 655Kcal 57%Hc 19% Prot 24% Lip 1 7 12

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO



1-GLUTEN 2-CRUSTACEOS 3-HUEVOS 4-PESCADOS 5-CACAHUETE 6-SOJA 7-LACTEOS 8-FRUTOS CASCARA 9-APIO 10-MOSTAZA 11-SESAMO 12-AZUFRE SULFITOS 13-ALTRAMUCES 14-MOLUSCOS



CEIP LA RAMBLA

FEBRERO SIN CARNE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Lentejas con verduras Hamburguesa vegetal Fruta; rebanada de pan 675 Kcal 52%Hc 22%Prot 26%Lip 1 12	Sopa de fideos y garbanzos Abadejp al horno con patata Fruta; rebanada de pan 680kcal 58%Hc 18%P 24%Lip 1 3 6 10 12 4	Arroz con verduras Tortilla francesa con queso Fruta; rebanada de pan 710Kcal 52%Hc 24%Prot 24% Lip 1 3 7	Macarrones con atún y queso fundido Queso fresco con tomate Fruta y rebanada de pan 780Kcal 46% Hc 21%Prot 33% Lip 1 3 6 10	Crema de calabacín ECO Merluza al horno Flan, rebanada de pan 710 Kcal 57%Hc 18%Prot 25%Lip 1 3 6 7 12
9	10	11	12	13
Sopa de cocido vegetal Complemento de cocido sin carne (garbanzos, patata, zanahoria) Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 61%Hc 16%Prot 23% Lip 1 3 6 10 12	Empedrado de alubias Hamburguesa vegetal Fruta; rebanada de pan 780 Kcal 53%Hc 21%Prot 26%Lip 1 12	Ensalada completa Canelones de atún Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 55%Hc 19%Prot 26% Lip 1 2 3 4 6 9 14	Hervido Valenciano Hamburguesa vegetal Fruta; rebanada de pan 740Kcal 51%Hc 19%Prot 30%Lip 1 12	Patatas guisadas con pimentón Tacos de salmón con tomate Yogur, rebanada de pan 675Kcal 47% Hc 23%Prot 30%Lip 1 12 4 7
16	17	18	19	20
Fideua de pescado Queso fresco con tomate Fruta; rebanada de pan 760 kcal 56%Hc 20%Prot 24% Lip 1 3 6 10 4 14 12 7	Arroz 5 delicias Tortilla francesa con calabacín Fruta; rebanada de pan 610 Kcal 61% Hc 13%Prot 26% Lip 1 2 3	Crema de verduras ECO Piza de queso Fruta; rebanada de pan 630Kcal 61% Hc 14%Prot 25% Lip 1 3 6 7 12	Sopa de cocido con huevo duro Garbanzos con patata y zanahoria Fruta; rebanada de pan 730 Kcal 56% Hc 20%Prot 24%Lip 1 12 3 7 6 10	Espaguetis con tomate y queso Filete de limanda con salsa verde Natillas , rebanada de pan 755 Kcal 49%Hc 25%Prot 26%Lip 1 3 10 6 4
23	24	25	26	27
Arroz de verduras Hamburguesa vegetal Fruta; rebanada de pan 690Kcal51%Hc 21%Prot 28%Lip 1 12	Olleta Alicantina Tortilla de patatas Fruta; rebanada de pan 690 Kcal 54%Hc 17%Prot 29%Lip 1 3 12	Potaje de garbanzos Queso fresco con salsa de tomate Fruta; rebanada de pan 790Kcal 51%Hc 22% Prot 27%Lip 1 12 7	Pasta con verduras y queso fundido Bacalao al horno Fruta; rebanada de pan 660 Kcal 55% Hc 20%Prot 25% Lip 1 3 6 10 7 4 14	Crema de verduras con picatostes Hamburguesa vegetal con patata panadera Yogur y rebanada de pan 655Kcal 57%Hc 19% Prot 24% Lip 1 7 12

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO





CEIP LA RAMBLA

FEBRERO sin proteína de la vaca

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Sopa de fideos y garbanzos Abadejp al horno con patata Fruta; rebanada de pan 680kcal 58%Hc 18%P 24%Lip 1 3 6 10 12 4	Lentejas con verduras Jamoncitos de pollo en salsa Fruta; rebanada de pan 675 Kcal 52%Hc 22%Prot 26%Lip 1 12	Arroz con verduras Tortilla francesa Fruta, rebanada de pan 710Kcal 52%Hc 24%Prot 24% Lip 1 3	Macarrones con atún Pechuga de pollo con tomate Fruta y rebanada de pan 780Kcal 46% Hc 21%Prot 33% Lip 1 3 6 10 4 14	Crema de calabacín ECO Merluza al horno fruta , rebanada de pan 710 Kcal 57%Hc 18%Prot 25%Lip 1 3 6 12
9	10	11	12	13
Sopa de cocido vegetal Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria sin carne) Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 61%Hc 16%Prot 23% Lip 1 3 6 10 12	Empedrado de alubias con verduras Pechuga de pollo Fruta, rebanada de pan 780 Kcal 53%Hc 21%Prot 26%Lip 1 12	Ensalada completa sin queso Pasta con tomate Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 55%Hc 19%Prot 26% Lip 1 2 3 4 6 9 14	Hervido Valenciano Tortilla francesa Fruta, rebanada de pan 740Kcal 51%Hc 19%Prot 30%Lip 1 12 3	Patatas guisadas con pimentón Tacos de salmón con tomate fruta, rebanada de pan 675Kcal 47% Hc 23%Prot 30%Lip 1 12 4
16	17	18	19	20
Fideua de pescado Pechuga de pollo con tomate Fruta; rebanada de pan 760 kcal 56%Hc 20%Prot 24% Lip 1 3 6 10 4 14 12	Arroz 5 delicias Tortilla francesa con calabacín Fruta, rebanada de pan 610 Kcal 61% Hc 13%Prot 26% Lip 1 2 3	Crema de verduras ECO Pasta con tomate fruta, rebanada de pan 630Kcal 61% Hc 14%Prot 25% Lip 1 3 6 12	Sopa de cocido de verduras Garbanzos con patata y zanahoria Fruta, rebanada de pan 730 Kcal 56% Hc 20%Prot 24%Lip 1 12 3 10	Espaguetis tomate y atún Filete de limanda con salsa verde fruta rebanada de pan 755 Kcal 49%Hc 25%Prot 26%Lip 1 3 10 6 4
23	24	25	26	27
Arroz de pescado Pechuga de pollo Fruta, rebanada de pan 690Kcal51%Hc 21%Prot 28%Lip 1 4 14 2 6	Oleta Alicantina Tortilla de patatas Fruta, rebanada de pan 690 Kcal 54%Hc 17%Prot 29%Lip 1 3 12	Potaje de garbanzos Pechuga de pollo Fruta, rebanada de pan 790Kcal 51%Hc 22% Prot 27%Lip 1 12	Pasta con verduras Bacalao al horno Fruta, rebanada de pan 660 Kcal 55% Hc 20%Prot 25% Lip 1 3 6 10 4 14	Crema de verduras con picatostes Pollo al horno con patata panadera fruta y rebanada de pan 655Kcal 57%Hc 19% Prot 24% Lip 1 12

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO



1-GLUTEN 2-CRUSTACEOS 3-HUEVOS 4-PESCADOS 5-CACAHUETE 6-SOJA 7-LACTEOS 8-FRUTOS CASCARA 9-APIO 10-MOSTAZA 11-SESAMO 12-AZUFRE SULFITOS 13-ALTRAMUCES 14-MOLUSCOS



CEIP LA RAMBLA

FEBRERO MUSULMÁN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Lentejas con verduras Jamoncitos de pollo en salsa Fruta; rebanada de pan 675 Kcal 52%Hc 22%Prot 26%Lip 1 12	Sopa de fideos y garbanzos Abadejp al horno con patata Fruta; rebanada de pan 680kcal 58%Hc 18%P 24%Lip 1 3 6 10 12 4	Arroz con verduras Tortilla francesa con queso Fruta, rebanada de pan 710Kcal 52%Hc 24%Prot 24% Lip 1 3 7	Macarrones con atún y queso fundido Salchichas frescas de pollo con tomate Fruta y rebanada de pan 780Kcal 46% Hc 21%Prot 33% Lip 1 3 6 10 4 7 12	Crema de calabacín ECO Pollo al horno Flan, rebanada de pan 710 Kcal 57%Hc 18%Prot 25%Lip 1 3 6 7 12
9	10	11	12	13
Sopa de cocido vegetal Complemento de cocido sin carne (garbanzos, patata, zanahoria) Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 61%Hc 16%Prot 23% Lip 1 3 6 10 12	Empedrado de alubias Hamburguesa de pollo Fruta, rebanada de pan 780 Kcal 53%Hc 21%Prot 26%Lip 1 12	Ensalada completa Canelones de atun Fruta; rebanada de pan 645 Kcal 55%Hc 19%Prot 26% Lip 1 2 3 4 6 9 14	Hervido Valenciano Hamburguesa de pollo Fruta, rebanada de pan 740Kcal 51%Hc 19%Prot 30%Lip 1 12	Patatas guisadas con pimentón Tacos de salmón con tomate Yogur, rebanada de pan 675Kcal 47% Hc 23%Prot 30%Lip 1 12 4 7
16	17	18	19	20
Fideua de pescado Longanizas de pollo con tomate Fruta; rebanada de pan 760 kcal 56%Hc 20%Prot 24% Lip 1 3 6 10 4 14 12	Arroz 5 delicias Tortilla francesa con calabacín Fruta, rebanada de pan 610 Kcal 61% Hc 13%Prot 26% Lip 1 2 3	Crema de verduras ECO Piza de queso Fruta, rebanada de pan 630Kcal 61% Hc 14%Prot 25% Lip 1 3 6 7 12	Sopa de cocido con huevo duro Garbanzos con patata y zanahoria Fruta, rebanada de pan 730 Kcal 56% Hc 20%Prot 24%Lip 1 12 3 7 6 10	Espaguetis con tomate y queso Filete de limanda con salsa verde Natillas , rebanada de pan 755 Kcal 49%Hc 25%Prot 26%Lip 1 3 10 6 4
23	24	25	26	27
Arroz de pescado Longaniza pollo Fruta, rebanada de pan 690Kcal51%Hc 21%Prot 28%Lip 1 4 14 2 7 6	Olleta Alicantina Tortilla de patatas Fruta, rebanada de pan 690 Kcal 54%Hc 17%Prot 29%Lip 1 3 12	Potaje de garbanzos Hamburguesa de pollo Fruta, rebanada de pan 790Kcal 51%Hc 22% Prot 27%Lip 1 12	Pasta con verduras y queso fundido Bacalao al horno Fruta, rebanada de pan 660 Kcal 55% Hc 20%Prot 25% Lip 1 3 6 10 7 4 14	Crema de verduras con picatostes Pollo al horno con patata panadera Yogur y rebanada de pan 655Kcal 57%Hc 19% Prot 24% Lip 1 7 12

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO



1-GLUTEN 2-CRUSTACEOS 3-HUEVOS 4-PESCADOS 5-CACAHUETE 6-SOJA 7-LACTEOS 8-FRUTOS CASCARA 9-APIO 10-MOSTAZA 11-SESAMO 12-AZUFRE SULFITOS 13-ALTRAMUCES 14-MOLUSCOS



CEIP LA RAMBLA

FEBRERO SIN GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Arroz con verduras Jamoncitos de pollo en salsa Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 675 Kcal 52%Hc 22%Prot 26%Lip 12	Sopa de fideos (sin gluten) y garbanzos Abadejp al horno con patata Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 680kcal 58%Hc 18%P 24%Lip 3 6 10 12 4	Arroz con magro Tortilla francesa con queso Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 710Kcal 52%Hc 24%Prot 24% Lip 3 7	Macarrones(sin gluten) con atún y queso fundido Salchichas frescas de magro con tomate Fruta y rebanada de pan(sin gluten) 780Kcal 46% Hc 21%Prot 33% Lip 3 6 10 4 7 12	Crema de calabacín ECO Tortilla de patatas Yogur natural , rebanada de pan (sin gluten) 710 Kcal 57%Hc 18%Prot 25%Lip 3 6 7 12
9	10	11	12	13
Sopa de cocido (sin gluten) Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne) Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 645 Kcal 61%Hc 16%Prot 23% Lip 3 6 10 12	Empedrado de alubias Hamburguesa de ternera Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 780 Kcal 53%Hc 21%Prot 26%Lip 12	Ensalada completa Pasta sin gluten con carne Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 645 Kcal 55%Hc 19%Prot 26% Lip 2 3 4 6 9 14	Hervido Valenciano Albondigas sin pan a la castellana Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 740Kcal 51%Hc 19%Prot 30%Lip 12	Patatas guisadas con pimentón Tacos de salmón con tomate Yogur, rebanada de pan (sin gluten) 675Kcal 47% Hc 23%Prot 30%Lip 12 4 7
16	17	18	19	20
Fideua (sin gluten) de pescado Longanizas de magro con tomate Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 760 kcal 56%Hc 20%Prot 24% Lip 3 6 10 4 14 12	Arroz 5 delicias Tortilla francesa con calabacín Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 610 Kcal 61% Hc 13%Prot 26% Lip 2 3	Crema de verduras ECO Panini sin gluten de jamón york y queso Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 630Kcal 61% Hc 14%Prot 25% Lip 3 6 7 12	Sopa de cocido con albóndiga sin pan Garbanzos con patata y zanahoria Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 730 Kcal 56% Hc 20%Prot 24%Lip 12 3 7 6 10	Espaguetis(sin gluten) boloñesa Filete de limanda con salsa verde Yogur natural, rebanada de pan (sin gluten) 755 Kcal 49%Hc 25%Prot 26%Lip 3 10 6 4
23	24	25	26	27
Arroz de pescado Longaniza de magro Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 690Kcal51%Hc 21%Prot 28%Lip 4 14 2 7 6	Olleta sin lentejas con arroz Tortilla de patatas Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 690 Kcal 54%Hc 17%Prot 29%Lip 3 12	Potaje de garbanzos Hamburguesa de ternera Fruta; rebanada de pan(sin gluten) 790Kcal 51%Hc 22% Prot 27%Lip 12	Pasta (sin gluten) con verduras y queso fundido Bacalao al horno Fruta; rebanada de pan (sin gluten) 660 Kcal 55% Hc 20%Prot 25% Lip 3 6 10 7 4 14	Crema de verduras con picatostes (sin gluten) Pollo al horno con patata panadera Yogur y rebanada de pan(sin gluten) 655Kcal 57%Hc 19% Prot 24% Lip 7 12

TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO

