



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

# CEIP VICTORIO MONTES - VENTA DEL MORO

Septiembre 2023

Menú Basal

**Tamar**  
RESTAURACIÓN & CATERING

4		5		6		7		8	
11		12		13		14		15	
Kcal 936 Glú 93 Líp 35 Pro 49		Kcal 786 Glú 83 Líp 32 Pro 36		Kcal 773 Glú 84 Líp 32 Pro 32		Kcal 905 Glú 89 Líp 36 Pro 50		Kcal 649 Glú 77 Líp 20 Pro 36	
Lechuga, tomate, olivas y remolacha		Lechuga, tomate, pepino y aceitunas		Lechuga, tomate, maíz y zanahoria		Lechuga, tomate, remolacha y espárragos		Lechuga, queso, zanahoria y maíz	
Macarrones con atún, cebolla y tomate		Lentejas con arroz integral y verduras		Guisado de albóndigas de merluza c hortalizas		Arroz a la cubana con huevo		Crema de legumbres y hortalizas ECO	
Croquetas de cocido con mayonesa		Tortilla de calabacín		Nuggets brócoli		Longanizas caseras		Merluza a la gallega con ajitos	
Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan integral		Postre Lácteo Pan		Postre Fruta Pan	
18		19		20		21		22	
Kcal 841 Glú 86 Líp 34 Pro 42		Kcal 793 Glú 86 Líp 32 Pro 35		Kcal 818 Glú 88 Líp 31 Pro 40		Kcal 719 Glú 80 Líp 24 Pro 41		Kcal 826 Glú 95 Líp 32 Pro 34	
Lechuga, tomate, remolacha y espárragos		Lechuga, tomate, pepino y zanahoria		DÍA INTERNACIONAL DE LA PAELLA		Lechuga, tomate, pepino y aceitunas		Lechuga, tomate, espárragos y maíz	
Fideuà de pescado		Potaje de garbanzos		Ensalada valenciana completa		Crema vichyssoise		Fabada con hortalizas ECO	
Pechuga de pavo y queso manchego		Tortilla de patata y calabacín		Paella valenciana		Pollo al chilindrón		Pizza de york y queso	
Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan integral		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan	
25		26		27		28		29	
Kcal 749 Glú 83 Líp 25 Pro 43		Kcal 866 Glú 92 Líp 36 Pro 37		Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41		Kcal 883 Glú 93 Líp 35 Pro 43		Kcal 679 Glú 77 Líp 21 Pro 40	
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria		Lechuga, tomate, olivas y queso		Lechuga, tomate, pipas y maíz		Tosta de humus		Lechuga, tomate, pepino y zanahoria	
Lentejas con espinacas y zanahoria		Macarrones boloñesa vegetal de seitán ECO		Sopa de ave		Ensalada completa con queso		Crema de garbanzos y verduras de temporada	
Filete de merluza		Croquetas de arroz integral y zanahoria ECO		Pollo al horno a la manzana		Arroz del senyoret		Hamburguesa de ternera y cerdo	
Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan integral		Postre Lácteo Pan		Postre Fruta Pan	

## RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA CENA