



mendozacolectividades.com

AL MENJADOR

Com a casa!

MENU 2024
OCTUBRE / OCTUBRE

LUNES / DILLUNS		MARTES / DIMARTS		MIÉRCOLES / DIMECRES		JUEVES / DIJOUS		VIERNES / DIVENDRES	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	DINAR · COMIDA Amanida de la tardor / Ensalada de otoño Llentilles estofades Lentejas estofadas Truita de pit de titot Tortilla de pechuga de pavo Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 831.5 HC: 93.6 P: 36 G: 34.4	DINAR · COMIDA Amanida mixta / Ensalada mixta Sopa de peix de la llotja vilera Sopa de calabaza Pollastre al forn amb xampinyons Pollo al horno con champiñones Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 705.4 HC: 86.6 P: 31.5 G: 25.3	DINAR · COMIDA Amanida Mendoza / Ensalada con verduras eco Crema de carabassa Crema de calabaza Hamburguesa amb creïlles al forn Hamburguesa con patatas al horno Fruita ecològica / Fruta ecològica E: 759.6 HC: 100.7 P: 21.1 G: 29.5	DINAR · COMIDA Amanida completa amb ou dur i panses Ensalada completa con huevo duro y pasas Fideuà de peix de la llotja vilera Fideuà de pescado de la lonja vilera logurt artesà Yogur artesano E: 758.8 HC: 90 P: 34.5 G: 28.2	7	8	9	10	11
DINAR · COMIDA Amanida mediterrània / Ensalada mediterranea Sopa de pollastre Sopa de pollo Cinta de llong amb salsa de verdura Cinta de lomo con salsa de verdura Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 755.9 HC: 95.1 P: 30.9 G: 27.3	DINAR · COMIDA Amanida Marinera / Ensalada Marinera Crema de verdures Crema de verduras Mandonguilles a la jardineria Albòndigas a la jardineria Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 789.7 HC: 97 P: 29.2 G: 30.9	NO LECTIU NO LECTIVO 	DINAR · COMIDA Amanida valenciana / Ensalada valenciana Arròs blanc amb tomaca Arroz blanco con tomate Truita de tonyina Tortilla de atún Fruita ecològica / Fruta ecològica E: 757.9 HC: 100.6 P: 19.8 G: 30	DINAR · COMIDA Amanida Mendoza / Ensalada Mendoza Fesols estofats Alubias estofadas Peix al forn amb hortalisses Pescado al horno con hortalizas Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 734.6 HC: 84.9 P: 35.7 G: 27.4					
14	15	16	17	18					
DINAR · COMIDA Amanida Mendoza / Ensalada Mendoza Arròs a banda / Arroz a banda Entremesos / Entremeses E: 771.4 HC: 96.3 P: 29.1 G: 29.3	DINAR · COMIDA Amanida marinera / Ensalada marinera Llentilles amb verdures de proximitat Lentejas con verduras de proximidad Truita francesa Tortilla francesa Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 849.7 HC: 94.8 P: 39.6 G: 34.1	DINAR · COMIDA DE L'HORT A LA TAULA 	DINAR · COMIDA Amanida parisena / Ensalada parisina Sopa de putxero Sopa de puchero Acompanyament de putxero amb pilota Complemento de cocido con pilota Fruita ecològica / Fruta ecològica E: 732.3 HC: 81.1 P: 35.4 G: 28.9	DINAR · COMIDA Amanida valenciana / Ensalada valenciana Bollit valencià Hervido valenciano Peix al forn amb salsa verda i pèsols Pescado al horno en salsa verde con guisantes Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 717.6 HC: 92.6 P: 29 G: 27.1					
21	22	23	24	25					
DINAR · COMIDA Amanida campera / Ensalada campera Sopa de peix de la llotja vilera de pescado de la lonja vilera Pollastre guisat amb ceba Pollo guisado con cebolla Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 781.5 HC: 98 P: 32.4 G: 28.1	DINAR · COMIDA Amanida Mendoza / Ensalada Mendoza Crema de llegums Crema de legumbres Ventresca de lluc amb salsa de tomaca Ventresca de merluza con salsa de tomate Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 743.2 HC: 95.1 P: 27.3 G: 27.4	DINAR · COMIDA Amanida completa amb ou dur i panses Ensalada completa con huevo duro y pasas Arròs al forn amb cigrons i carn Arroz al horno con garbanzos y carne Fruita de temporada Fruita de temporada E: 799.6 HC: 107.6 P: 29.5 G: 27.5	DINAR · COMIDA Amanida mediterrània / Ensalada mediterránea Fesols amb bledes de proximitat Alubias con acelgas de proximidad Truita de pernil dolç Tortilla de jamón cocido Fruita ecològica / Fruta ecològica E: 738.3 HC: 92 P: 33.2 G: 25.6	DINAR · COMIDA Amanida mixta / Ensalada mixta Guisat de pollastre Guisado de pollo Bunyols de bacallar Buñuelos de bacalao Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 717.6 HC: 82.9 P: 35.7 G: 26.3					
28	29	MENU ESPECIAL HALLOWEEN 							
DINAR · COMIDA Amanida mediterrània / Ensalada mediterránea Bollit valencià Hervido valenciano Peix empanat amb cherrys al forn Pescado empanado con cherrys al horno Fruita ecològica / Fruta ecològica E: 732.1 HC: 96.7 P: 24.2 G: 26.8	DINAR · COMIDA Amanida Marinera / Ensalada Marinera Potatge de cigrons Potaje de garbanzos Truita francesa amb formatge fresc callosí Tortilla francesa con queso fresco de Callosa Fruita de temporada / Fruta de temporada E: 812.6 HC: 104.5 P: 35.3 G: 27.3								

* 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).