

CEIP Pablo Neruda

usuari: ceip_pablo_neruda
 contraseña: 179_ceip_pablo_neruda

Març - 2024 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

banana, pera
 kiwi, maduixot
 taronja, poma

DESCARREGA'T
 LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 40

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassat (Valencia)
 T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com
 Menú revisat per la nutricionista col·legiada Laura Guillem, Núm. CV00275
 Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.
 L'avaluació nutricional està basada en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la normativa vigent en cada comunitat.
 La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre.

Menú	Ingredients	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	Amanida fresca ecològica	789,68					
1º	Cigrons amb carabassa	33,76g					
2º	Truita francesa en tosta de ajoarriero	9,71mg					
P	Lacti	391,41mg					
S	Carabasseta a la planxa Carn d'au /Fruita	92,32g					
4	Encisam, tomaca, dacs i carlota	828,44					
1º	Pasta en salsa de formatge	37,79g					
2º	Abadejo a la biscaina	5,42mg					
P	Fruita	123,89g					
S	Crema de verdures Carn blanca /Fruita	38,74g					
5	Encisam, tomaca, olives i dacs	867,29					
1º	Fabada vegetal	44,09g					
2º	Ous pirata (pa de motle, york, formatge i ou)	10,74mg					
P	Fruita	92,40g					
S	Minestra saltejada Peix blau /Fruita	36,25g					
6	Amanida fresca ecològica	801,37					
1º	Sopa d'olla amb verdures ECO	35,40g					
2º	Mandonguilles en salsa amb blat tendre	8,42mg					
P	Fruita ECO	116,63g					
S	Xips de moniato al forn Truita d'espinaçs /Fruita	31,21g					
7	Amanida fresca ecològica	866,99					
1º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	28,12g					
2º	Maire enfarinat amb bròquil	4,58mg					
P	Fruita	121,70g					
S	Creïlles farcides d'espinaçs Carn magra de porc /Fruita	30,51g					
8	Encisam, tomaca, carlota i ceba	832,34					
1º	Crema festival de llegums amb tostons	51,86g					
2º	Pollastre rostint al forn amb creïlles	9,81mg					
P	Iogurt Artesà	96,80g					
S	Escalivada Pizza casolana /Fruita	26,70g					
11	DIA DE LA TRUITA DE CREÏLLA Tomaca i formatge tendre	828,94					
1º	Llenties amb carabassa	45,03g					
2º	Truita de creïlla amb samfaina natural	11,00mg					
P	Fruita	100,45g					
S	Ceba tendra i pimentó roig planxa Carn roja magra /Fruita	27,57g					
12	Encisam, tomaca, carlota i olives	937,68					
1º	Sopa d'olla	49,02g					
2º	Putxero	9,66mg					
P	Fruita	127,98g					
S	Bajoqueta saltejada Peix al papillote /Fruita	37,49g					
13	Encisam, tomaca, carlota i poma	766,65					
1º	Espaguetis integrals a la napolitana	22,46g					
2º	Lluç amb salsa mery amb carabasseta a la planxa	5,97mg					
P	Fruita ECO	104,18g					
S	Sopa de verdures Carn blanca /Fruita	29,61g					
14	Amanida fresca ecològica	800,04					
1º	Potatge de cigrons amb espinaçs P/ECO	37,99g					
2º	Rellom al forn amb creïlles	10,19mg					
P	Fruita	92,45g					
S	Xampinyons gratinats Sandvitx vegetal /Fruita	31,06g					
15	Hummus amb maduixot	869,25					
1º	Ensalada completa: canonges, sardina en llauna, espàrrecs, ravens	33,85g					
2º	Arròs rossejat	7,23mg					
P	Lacti	113,99g					
S	Bròquil al vapor Peix blanc /Fruita	30,91g					
18	Festiu						
19	Festiu						
20	Encisam, tomaca, dacs i carlota	755,64					
1º	Macarrons integrals a la italiana (tomaca, formatge)	27,54g					
2º	Suprema de lluç amb carlota vichy	6,32mg					
P	Fruita	118,39g					
S	Sopa de quinoa Carn d'au /Fruita	20,16g					
21	Hummus de cigrons	804,64					
1º	Ensaladilla (tonyina, ou, creïlla, pèsol, maionesa)	24,99g					
2º	Arròs melós amb rap (fons de llotja)	148,15mg					
P	Fruita ECO	6,18mg					
S	Minestra saltejada Carn blanca /Fruita	116,68g					
22	Amanida fresca ecològica	992,40					
1º	Llenties amb verdures P/ECO	42,68g					
2º	Regirat d'ou amb creïlles i pernil	317,22mg					
P	Lacti	10,58mg					
S	Carlota adobada amb pèsols Peix a la llima /Fruita	103,56g					
25	Encisam, tomaca, carlota i ceba	901,01					
1º	Bullit valencià (Infantil: Puré de bullit)	28,13g					
2º	Ragout de carn amb noodles	199,30mg					
P	Fruita	6,26mg					
S	Wok de verdures Peix blau /Fruita	97,42g					
26	Amanida fresca ecològica	900,63					
1º	Cigrons amb verdures P/ECO	38,23g					
2º	Truita paisana amb formatge	524,01mg					
P	Fruita ECO	11,84mg					
S	Coliflor amb creïlla Carn magra de porc /Fruita	119,09g					
27	MENÚ ESPECIAL PASQUA Nachos amb formatge	775,29					
1º	Rabes enfarinades amb salsa tàrtara cassolana	32,39g					
2º	Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals)	198,26mg					
P	Iogurt valencià	5,53mg					
S	Panolla amb sal Remenat d'alls tendres /Fruita	85,71g					
28	Festiu						
29	Festiu						

CEIP Pablo Neruda

usuario: ceip_pablo_neruda
contraseña: 179_ceip_pablo_neruda

Marzo - 2024 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

banana, pera
kiwi, fresón
naranja, manzana

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 40

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avd. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías etc. La evaluación nutricional está basada en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro.

	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>1</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Garbanzos con calabaza</td><td>789,68</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla francesa con tosta de ajoarriero</td><td>33,76g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Lácteo</td><td>391,41mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Calabacín a la plancha</td><td>9,71mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>92,32g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>31,75g</td></tr> </table>	1	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Garbanzos con calabaza	789,68		2º	Tortilla francesa con tosta de ajoarriero	33,76g		P	Lácteo	391,41mg			Calabacín a la plancha	9,71mg			Carne de ave /Fruta	92,32g				31,75g																												
E		KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																
E		KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																
E		KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																
1	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																															
	1º	Garbanzos con calabaza	789,68																																																																																																															
	2º	Tortilla francesa con tosta de ajoarriero	33,76g																																																																																																															
	P	Lácteo	391,41mg																																																																																																															
		Calabacín a la plancha	9,71mg																																																																																																															
		Carne de ave /Fruta	92,32g																																																																																																															
			31,75g																																																																																																															
4	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Espirales en salsa de queso</td><td>828,44</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Bacalao a la vizcaína</td><td>37,79g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>440,25mg</td></tr> <tr><td></td><td>Crema de verduras</td><td>5,42mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td>123,89g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>38,74g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	KCAL	1º	Espirales en salsa de queso	828,44	2º	Bacalao a la vizcaína	37,79g	P	Fruta	440,25mg		Crema de verduras	5,42mg		Carne blanca /Fruta	123,89g			38,74g	5	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, olivas y maíz</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Fabada vegetal</td><td>867,29</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Huevos pirata (pan de molde, jamón york, queso, huevo)</td><td>44,09g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>452,12mg</td></tr> <tr><td></td><td>Menestra salteada</td><td>10,74mg</td></tr> <tr><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>92,40g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>36,25g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, olivas y maíz	KCAL	1º	Fabada vegetal	867,29	2º	Huevos pirata (pan de molde, jamón york, queso, huevo)	44,09g	P	Fruta	452,12mg		Menestra salteada	10,74mg		Pescado azul /Fruta	92,40g			36,25g	6	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Sopa de cocido con verduras ECO</td><td>801,37</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Albóndigas en salsa con trigo tierno</td><td>35,40g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>180,43mg</td></tr> <tr><td></td><td>Chips de boniato al horno</td><td>8,42mg</td></tr> <tr><td></td><td>Tortilla de espinacas /Fruta</td><td>116,63g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>31,21g</td></tr> </table>	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL	1º	Sopa de cocido con verduras ECO	801,37	2º	Albóndigas en salsa con trigo tierno	35,40g	P	Fruta ECO	180,43mg		Chips de boniato al horno	8,42mg		Tortilla de espinacas /Fruta	116,63g			31,21g	7	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>866,99</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Bacaladilla enharinada con brócoli</td><td>28,12g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>144,01mg</td></tr> <tr><td></td><td>Patatas rellenas de espinacas</td><td>4,58mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne magra de cerdo /Fruta</td><td>121,70g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>30,51g</td></tr> </table>	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL	1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	866,99	2º	Bacaladilla enharinada con brócoli	28,12g	P	Fruta	144,01mg		Patatas rellenas de espinacas	4,58mg		Carne magra de cerdo /Fruta	121,70g			30,51g	8	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Crema festival de legumbres con tostones</td><td>832,34</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Pollo asado con patatas</td><td>51,86g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Yogur Artesano</td><td>348,91mg</td></tr> <tr><td></td><td>Escalivada</td><td>9,81mg</td></tr> <tr><td></td><td>Pizza casera /Fruta</td><td>96,80g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>26,70g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla	KCAL	1º	Crema festival de legumbres con tostones	832,34	2º	Pollo asado con patatas	51,86g	P	Yogur Artesano	348,91mg		Escalivada	9,81mg		Pizza casera /Fruta	96,80g			26,70g
E	Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	KCAL																																																																																																																
1º	Espirales en salsa de queso	828,44																																																																																																																
2º	Bacalao a la vizcaína	37,79g																																																																																																																
P	Fruta	440,25mg																																																																																																																
	Crema de verduras	5,42mg																																																																																																																
	Carne blanca /Fruta	123,89g																																																																																																																
		38,74g																																																																																																																
E	Lechuga, tomate, olivas y maíz	KCAL																																																																																																																
1º	Fabada vegetal	867,29																																																																																																																
2º	Huevos pirata (pan de molde, jamón york, queso, huevo)	44,09g																																																																																																																
P	Fruta	452,12mg																																																																																																																
	Menestra salteada	10,74mg																																																																																																																
	Pescado azul /Fruta	92,40g																																																																																																																
		36,25g																																																																																																																
E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																
1º	Sopa de cocido con verduras ECO	801,37																																																																																																																
2º	Albóndigas en salsa con trigo tierno	35,40g																																																																																																																
P	Fruta ECO	180,43mg																																																																																																																
	Chips de boniato al horno	8,42mg																																																																																																																
	Tortilla de espinacas /Fruta	116,63g																																																																																																																
		31,21g																																																																																																																
E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	866,99																																																																																																																
2º	Bacaladilla enharinada con brócoli	28,12g																																																																																																																
P	Fruta	144,01mg																																																																																																																
	Patatas rellenas de espinacas	4,58mg																																																																																																																
	Carne magra de cerdo /Fruta	121,70g																																																																																																																
		30,51g																																																																																																																
E	Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla	KCAL																																																																																																																
1º	Crema festival de legumbres con tostones	832,34																																																																																																																
2º	Pollo asado con patatas	51,86g																																																																																																																
P	Yogur Artesano	348,91mg																																																																																																																
	Escalivada	9,81mg																																																																																																																
	Pizza casera /Fruta	96,80g																																																																																																																
		26,70g																																																																																																																
11	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>DÍA DE LA TORTILLA DE PATATA</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Lentejas con calabaza</td><td>828,94</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tortilla de patata con pisto natural</td><td>45,03g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>305,71mg</td></tr> <tr><td></td><td>Cebolleta y pimiento rojo plancha</td><td>11,00mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne roja magra /Fruta</td><td>100,45g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>27,57g</td></tr> </table>	E	DÍA DE LA TORTILLA DE PATATA	KCAL	1º	Lentejas con calabaza	828,94	2º	Tortilla de patata con pisto natural	45,03g	P	Fruta	305,71mg		Cebolleta y pimiento rojo plancha	11,00mg		Carne roja magra /Fruta	100,45g			27,57g	12	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, zanahoria y olivas</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Sopa de cocido</td><td>937,68</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Cocido completo</td><td>49,02g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>203,95mg</td></tr> <tr><td></td><td>Judías verdes salteadas</td><td>9,66mg</td></tr> <tr><td></td><td>Pescado al papillote /Fruta</td><td>127,98g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>37,49g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, zanahoria y olivas	KCAL	1º	Sopa de cocido	937,68	2º	Cocido completo	49,02g	P	Fruta	203,95mg		Judías verdes salteadas	9,66mg		Pescado al papillote /Fruta	127,98g			37,49g	13	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, zanahoria y manzana</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Espaguetis integrales a la napolitana</td><td>766,65</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Merluza en salsa mery con calabacín la plancha</td><td>22,46g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>192,75mg</td></tr> <tr><td></td><td>Sopa de verduras</td><td>5,97mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td>104,18g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>29,61g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, zanahoria y manzana	KCAL	1º	Espaguetis integrales a la napolitana	766,65	2º	Merluza en salsa mery con calabacín la plancha	22,46g	P	Fruta ECO	192,75mg		Sopa de verduras	5,97mg		Carne blanca /Fruta	104,18g			29,61g	14	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Potaje de garbanzos con espinacas P/ECO</td><td>800,04</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Solomillo al horno con patatas</td><td>37,99g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>219,77mg</td></tr> <tr><td></td><td>Champiñones gratinados</td><td>10,19mg</td></tr> <tr><td></td><td>Sandwich vegetal /Fruta</td><td>92,45g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>31,06g</td></tr> </table>	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL	1º	Potaje de garbanzos con espinacas P/ECO	800,04	2º	Solomillo al horno con patatas	37,99g	P	Fruta	219,77mg		Champiñones gratinados	10,19mg		Sandwich vegetal /Fruta	92,45g			31,06g	15	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Hummus de fresón</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Ensalada completa: canónigos, sardinilla, espárragos, rabanitos</td><td>869,25</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Arroz rossejat</td><td>33,85g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Lácteo</td><td>329,30mg</td></tr> <tr><td></td><td>Brócoli al vapor</td><td>7,23mg</td></tr> <tr><td></td><td>Pescado blanco /Fruta</td><td>113,99g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>30,91g</td></tr> </table>	E	Hummus de fresón	KCAL	1º	Ensalada completa: canónigos, sardinilla, espárragos, rabanitos	869,25	2º	Arroz rossejat	33,85g	P	Lácteo	329,30mg		Brócoli al vapor	7,23mg		Pescado blanco /Fruta	113,99g			30,91g
E	DÍA DE LA TORTILLA DE PATATA	KCAL																																																																																																																
1º	Lentejas con calabaza	828,94																																																																																																																
2º	Tortilla de patata con pisto natural	45,03g																																																																																																																
P	Fruta	305,71mg																																																																																																																
	Cebolleta y pimiento rojo plancha	11,00mg																																																																																																																
	Carne roja magra /Fruta	100,45g																																																																																																																
		27,57g																																																																																																																
E	Lechuga, tomate, zanahoria y olivas	KCAL																																																																																																																
1º	Sopa de cocido	937,68																																																																																																																
2º	Cocido completo	49,02g																																																																																																																
P	Fruta	203,95mg																																																																																																																
	Judías verdes salteadas	9,66mg																																																																																																																
	Pescado al papillote /Fruta	127,98g																																																																																																																
		37,49g																																																																																																																
E	Lechuga, tomate, zanahoria y manzana	KCAL																																																																																																																
1º	Espaguetis integrales a la napolitana	766,65																																																																																																																
2º	Merluza en salsa mery con calabacín la plancha	22,46g																																																																																																																
P	Fruta ECO	192,75mg																																																																																																																
	Sopa de verduras	5,97mg																																																																																																																
	Carne blanca /Fruta	104,18g																																																																																																																
		29,61g																																																																																																																
E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																
1º	Potaje de garbanzos con espinacas P/ECO	800,04																																																																																																																
2º	Solomillo al horno con patatas	37,99g																																																																																																																
P	Fruta	219,77mg																																																																																																																
	Champiñones gratinados	10,19mg																																																																																																																
	Sandwich vegetal /Fruta	92,45g																																																																																																																
		31,06g																																																																																																																
E	Hummus de fresón	KCAL																																																																																																																
1º	Ensalada completa: canónigos, sardinilla, espárragos, rabanitos	869,25																																																																																																																
2º	Arroz rossejat	33,85g																																																																																																																
P	Lácteo	329,30mg																																																																																																																
	Brócoli al vapor	7,23mg																																																																																																																
	Pescado blanco /Fruta	113,99g																																																																																																																
		30,91g																																																																																																																
18	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	Festivo	KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	19	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	Festivo	KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	20	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso)</td><td>755,64</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Suprema de merluza con zanahoria vichy</td><td>27,54g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>196,53mg</td></tr> <tr><td></td><td>Sopa de quinoa</td><td>6,32mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>118,39g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>20,16g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	KCAL	1º	Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso)	755,64	2º	Suprema de merluza con zanahoria vichy	27,54g	P	Fruta	196,53mg		Sopa de quinoa	6,32mg		Carne de ave /Fruta	118,39g			20,16g	21	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Hummus de garbanzos</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa)</td><td>804,64</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Arroz meloso con rape (fondo de lonja)</td><td>24,99g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>148,15mg</td></tr> <tr><td></td><td>Menestra salteada</td><td>6,18mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td>116,68g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>26,91g</td></tr> </table>	E	Hummus de garbanzos	KCAL	1º	Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa)	804,64	2º	Arroz meloso con rape (fondo de lonja)	24,99g	P	Fruta ECO	148,15mg		Menestra salteada	6,18mg		Carne blanca /Fruta	116,68g			26,91g	22	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Lentejas a la jardinera P/ECO</td><td>992,40</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Revuelto de huevo con patatas y jamón</td><td>42,68g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Lácteo</td><td>317,22mg</td></tr> <tr><td></td><td>Zanahoria aliñada con guisantes</td><td>10,58mg</td></tr> <tr><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td>103,56g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>45,64g</td></tr> </table>	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL	1º	Lentejas a la jardinera P/ECO	992,40	2º	Revuelto de huevo con patatas y jamón	42,68g	P	Lácteo	317,22mg		Zanahoria aliñada con guisantes	10,58mg		Pescado al limón /Fruta	103,56g			45,64g						
E	Festivo	KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																
E	Festivo	KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																
E	Lechuga, tomate, maíz y zanahoria	KCAL																																																																																																																
1º	Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso)	755,64																																																																																																																
2º	Suprema de merluza con zanahoria vichy	27,54g																																																																																																																
P	Fruta	196,53mg																																																																																																																
	Sopa de quinoa	6,32mg																																																																																																																
	Carne de ave /Fruta	118,39g																																																																																																																
		20,16g																																																																																																																
E	Hummus de garbanzos	KCAL																																																																																																																
1º	Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa)	804,64																																																																																																																
2º	Arroz meloso con rape (fondo de lonja)	24,99g																																																																																																																
P	Fruta ECO	148,15mg																																																																																																																
	Menestra salteada	6,18mg																																																																																																																
	Carne blanca /Fruta	116,68g																																																																																																																
		26,91g																																																																																																																
E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																
1º	Lentejas a la jardinera P/ECO	992,40																																																																																																																
2º	Revuelto de huevo con patatas y jamón	42,68g																																																																																																																
P	Lácteo	317,22mg																																																																																																																
	Zanahoria aliñada con guisantes	10,58mg																																																																																																																
	Pescado al limón /Fruta	103,56g																																																																																																																
		45,64g																																																																																																																
25	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Hervido valenciano (Infantil: Puré de hervido)</td><td>901,01</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Ragout de cerdo con noodles</td><td>28,13g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>199,30mg</td></tr> <tr><td></td><td>Wok de verduras</td><td>6,26mg</td></tr> <tr><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>97,42g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>53,39g</td></tr> </table>	E	Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla	KCAL	1º	Hervido valenciano (Infantil: Puré de hervido)	901,01	2º	Ragout de cerdo con noodles	28,13g	P	Fruta	199,30mg		Wok de verduras	6,26mg		Pescado azul /Fruta	97,42g			53,39g	26	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Garbanzos con verduras P/ECO</td><td>900,63</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tortilla paisana con queso</td><td>38,23g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>524,01mg</td></tr> <tr><td></td><td>Coliflor con patata</td><td>11,84mg</td></tr> <tr><td></td><td>Carne magra de cerdo /Fruta</td><td>119,09g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>30,82g</td></tr> </table>	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL	1º	Garbanzos con verduras P/ECO	900,63	2º	Tortilla paisana con queso	38,23g	P	Fruta ECO	524,01mg		Coliflor con patata	11,84mg		Carne magra de cerdo /Fruta	119,09g			30,82g	27	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>MENÚ ESPECIAL PASCUA</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Rabas enharinadas con salsa tártara casera</td><td>775,29</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)</td><td>32,39g</td></tr> <tr><td>P</td><td>Yogur valenciano</td><td>198,26mg</td></tr> <tr><td></td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td>5,53mg</td></tr> <tr><td></td><td>Revuelto de ajos tiernos /Fruta</td><td>85,71g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>38,11g</td></tr> </table>	E	MENÚ ESPECIAL PASCUA	KCAL	1º	Rabas enharinadas con salsa tártara casera	775,29	2º	Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	32,39g	P	Yogur valenciano	198,26mg		Mazorca de maíz con sal	5,53mg		Revuelto de ajos tiernos /Fruta	85,71g			38,11g	28	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	Festivo	KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	29	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	Festivo	KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP						
E	Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla	KCAL																																																																																																																
1º	Hervido valenciano (Infantil: Puré de hervido)	901,01																																																																																																																
2º	Ragout de cerdo con noodles	28,13g																																																																																																																
P	Fruta	199,30mg																																																																																																																
	Wok de verduras	6,26mg																																																																																																																
	Pescado azul /Fruta	97,42g																																																																																																																
		53,39g																																																																																																																
E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																
1º	Garbanzos con verduras P/ECO	900,63																																																																																																																
2º	Tortilla paisana con queso	38,23g																																																																																																																
P	Fruta ECO	524,01mg																																																																																																																
	Coliflor con patata	11,84mg																																																																																																																
	Carne magra de cerdo /Fruta	119,09g																																																																																																																
		30,82g																																																																																																																
E	MENÚ ESPECIAL PASCUA	KCAL																																																																																																																
1º	Rabas enharinadas con salsa tártara casera	775,29																																																																																																																
2º	Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	32,39g																																																																																																																
P	Yogur valenciano	198,26mg																																																																																																																
	Mazorca de maíz con sal	5,53mg																																																																																																																
	Revuelto de ajos tiernos /Fruta	85,71g																																																																																																																
		38,11g																																																																																																																
E	Festivo	KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																
E	Festivo	KCAL																																																																																																																
1º		PROT																																																																																																																
2º		CA																																																																																																																
P		FE																																																																																																																
		HDC																																																																																																																
		LIP																																																																																																																