



CEIP PALUZIE - CATARROJA

Noviembre 2024

No huevo, legumbres, maíz, plátano, leche. Sí yogur y queso

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4
Mezclum de lechuga, tomate, olivas
Sopa marinera con lluvia
Pollo plancha con patatas
Postre Fruta **Pan**

11
Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Guisado de verduras
Panini con tomate y queso gouda
Postre Fruta **Pan**

18
Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Coditos a la napolitana
Bacalao al horno con cebolla
Postre Fruta **Pan**

25
Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Espirales a la sorrentina
Bacalao a la vizcaína
Postre Fruta **Pan**

5
Lechuga, tomate, espárragos
Guisado de magritos
Pollo plancha con cebolla
Postre Fruta **Pan**

12
Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Macarrones con tomate, cebolla y queso gouda
Merluza al horno
Postre Fruta **Pan**

19
JORNADA JURASICA
Crema de calabaza y zanahoria al curry
Alitas de pollo a la barbacoa
Postre Fruta **Pan**

26
Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Guisado de pavo
Lomo cinta con tomate
Postre Fruta **Pan**

6
Tosta de tomate y aceite
Ensalada mediterranea con atún
Arroz al horno
Postre Fruta ECO **Pan**

13
Lechuga, tomate, y zanahoria
Guisado de pavo
Lomo cinta con tomate
Postre Fruta **Pan**

20
Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Guisado de magritos
Pollo plancha con patatas
Postre Fruta **Pan**

27
Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Sopa de ave con fideos
Pollo a la cazadora
Postre Fruta **Pan**

7
Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Crema de patata y zanahoria ECO
Lomo a la plancha con pisto casero
Postre Lacteo **Pan**

14
Tosta de tomate
Paella valenciana con alcachofas
Rollito de york y queso gouda
Postre Fruta **Pan**

21
Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Paella de coliflor y costillas
York y queso gouda
Postre Fruta **Pan**

28
Lechuga, tomate, zanahoria
Arroz de magritos y verduras
Filete de merluza al horno con limón
Postre Lacteo **Pan**

1
FESTIVO
8
Lechuga, tomate, pepino y zanahoria
Espaguetis con tomate, cebolla y orégano
Merluza a la gallega con ajitos
Postre Fruta **Pan**

15
Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Crema de hortalizas ECO
Pollo al horno en su jugo con zanahoria
Postre Fruta **Pan**

22
Lechuga, tomate, queso
Patatas con verduras
Merluza al horno
Postre Lacteo **Pan**

29
Lechuga, tomate, aceitunas
Guisado de magritos
Pollo plancha con zanahorias
Postre Fruta **Pan**

RECOMENDACIONES DE CENA



Pasta / Arroz
o Legumbres



Hortalizas



Pescado Blanco
o Azul/Huevo



Aves o Carne
Roja/Huevo



Aves o Carne Roja/
Pescado Blanco o Azul



Lácteo



Fruta



902 103 478 Atención al cliente



www.tamar.es



COMIDA



CENA