



DILLUNS LUNES

DIMARTS MARTES

DIMECRES MIÉRCOLES

DIJOUS JUEVES

DIVENDRES VIERNES

2 ALMUERZO Entrepà de formatge fresc amb tomaca Bocadillo de queso fresco con tomate. Pa - Encisam, tomaca, cogombre, remolatxa. Pa - Lechuga, tomate, pepino, remolacha. Arròs al forn. Arroz al horno. Lluç planxa amb carlota saltada. Merluza plancha con zanahoria salteada. Fruita. Fruta. Kcal 816, Prot 32, Lip 28, Hc 81.

3 ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb galetes d'avena. 1 pieza de fruta de temporada con galletas de avena. Pa integral - Encisam, tomaca, formatge, panses. Pan integral - Lechuga, tomate, queso, pasas. Bullit Valencià o crema. Hervido valenciano o crema. Pollastre en el seu suc amb cabdell al pebre roig. Pollo en su jugo con repollo al pimentón. Fruita. Fruta. Día integral. Kcal 723, Prot 31, Lip 18, Hc 87.

4 ALMUERZO Entrepà de pernil serrà amb oli d'oliva Bocadillo de jamón serrano con aceite de oliva. Pa - Encisam, poma, canonges, anous. Pan - Lechuga, manzana, canónigos, nueces. Sopa d'olla. Sopa de cocido. Trita de creïlles casolana amb tomaca natural. Tortilla de patatas casera con tomate natural. Iogurt. Yogurt. Fruita. Fruta. Kcal 671, Prot 19, Lip 26, Hc 90.

5 ALMUERZO Coques de dacsa i peça de fruita de temporada. Torritas de maíz y pieza de fruta de temporada. Pa - Encisam, tomaca, ceba tendra, olives. Pan - Lechuga, tomate, cebolla tierna, aceitunas. Alubies pintes amb verdures. Alubias pintas con verduras. Carn empanada i HORTALISSES ROSTIDES ECO. Carne empanada y HORTALIZAS ASADAS ECO. Fruita. Fruta. Día ecológico. Kcal 796, Prot 38, Lip 47, Hc 67.

6 ALMUERZO Entrepà de tomaca, olives i ou dur Bocadillo de tomate, aceitunas y huevo duro. Pa - Encisam, capdell, soja, carlota. Pan - Lechuga, repollo, soja, zanahoria. Día ecológico. Macarrons a la italiana (carabasseta, albergínia, xampinyons, tomaca, ceba). Macaronnes a la italiana (calabacin, berenjena, champiñones, tomate, cebolla). Cues de bacallà Orloff amb dacsa saltada. Colas de bacalao Orloff con maíz salteado. Fruita. Fruta. Fruita ECO. FRUTA ECO. Kcal 885, Prot 43, Lip 17, Hc 108.

Símbolos ALERGENOS: SOJA, DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS, ALTRAMUCES, CACAHUETES, GLUTEN, CRUSTÁCEOS, FRUTOS DE CÁSCARA, APIO, HUEVOS, LÁCTEOS, MOLUSCOS, MOSTAZA, PESCADO, SÉSAMO.

10 ALMUERZO 1 plátano amb 1 grapat d'avellanes pelades. 1 plátano y un puñado de avellanas peladas. Pa integral - Fruits secs. Pan integral - Frutos secos. Paella de verdures. Paella de verduras. Mandonguilles de bacallà amb ensalada. Albóndigas de bacalao con ensalada. Fruita. Fruta. Día integral. Kcal 808, Prot 50, Lip 30, Hc 80.

11 ALMUERZO Entrepà multicereal de tonyina i tomaca Bocadillo multicereal de atún y tomate. Pa - Encisam, tomaca, carlota, pipes. Pan - Lechuga, tomate, zanahoria, pipas. Sopa d'au. Sopa de ave. Pernillets de pollastre al lorer i cigrons saltats. Jamoncitos de pollo al laurel y garbanzos salteados. Fruita. Fruta. Kcal 718, Prot 24, Lip 22, Hc 93.

También contamos con menú de dieta blanda, infantil y menús adaptados a diferentes tipos de alergias e intolerancias. Nuestros menús están avalados por nuestro departamento de nutrición. Durante la temporada de la naranja, se dará un día a la semana zumo natural.

13 ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb brik de llet. 1 pieza de fruta de temporada con brick de leche. Pa - Encisam, tomaca, dacsa, ceba. Pan - Lechuga, tomate, maíz, cebolla. Espaguetis Basilico (ceba, all, alfàbega, tomaca sencera, orenga). Espaguetis Basilico (cebolla, ajo, albahaca, tomate entero, orégano). Día ecológico. Trita de CARABASSETA ECO amb formatge manxec. Tortilla de CALABACÍN ECO con queso manchego. Fruita. Fruta. Kcal 802, Prot 25, Lip 31, Hc 76.

16 ALMUERZO Entrepà multicereals amb formatge fresc, avocat i oli d'oliva Bocadillo multicereales de queso fresco, aguacate y aceite de oliva. Pa - Encisam, brots, pera, formatge. Pan - Lechuga, brotes, pera, queso. Fideua de xampinyons vegetal (soja texturitzada). Fideua de champiñones vegetal (soja texturizada). Trita francesa amb roses de coliflor. Tortilla francesa con palomitas de coliflor. Fruita. Fruta. MEET FREE MONDAY. Kcal 843, Prot 35, Lip 24, Hc 109.

17 ALMUERZO Iogurt natural amb trossos de fruita Yogur natural de trozos de fruta. Pa - Encisam, tomaca, olives, ceba. Pan - Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla. Potatge de cigrons. Potaje de garbanzos. PIZZA marinera casolana. Pizza marinera casera. Fruita. Fruta. Kcal 770, Prot 24, Lip 30, Hc 83.

18 ALMUERZO Sàndwixt vegetal amb encisam Sandwich vegetal con lechuga. Pa - Encisam, tomaca, dacsa, sardinetes. Pan - Lechuga, tomate, maíz, sardinillas. SOPA DE FIDEUS (PASTA I VERDURES ECO). SOPA DE FIDEOS (PASTA Y VERDURAS ECO). Hamburguesa amb creïlles daus al forn. Hamburguesa con patatas dado al horno. Iogurt artesà. Yogurt artesano. Fruita. Fruta. Día ecológico. Kcal 898, Prot 34, Lip 43, Hc 88.

19 ALMUERZO Coques d'arròs i peça de fruita de temporada. Tortitas de arroz y pieza de fruta de temporada. Crema de formatge amb galetes salades. Crema de queso con galletas saladas. Arròs en fesols i naps. Arroz en "fesols i naps". Calamar andalusa i AMANIDA AMERICANA ECO. Calamar a la andaluza y ENSALADA AMERICANA ECO. Fruita. Fruta. Día ecológico. Kcal 805, Prot 50, Lip 38, Hc 80.

20 ALMUERZO Pa de plàtan casola Pan de plátano casero. Pa - Encisam, tomaca, api, carlota. Pan - Lechuga, tomate, apio, zanahoria. Crema de pessols amb tostons integrals. Crema de guisantes con tostones integrales. Titot marroquin amb cous-cous. Pavo marroquí con cous-cous. Fruita. Fruta. Día integral. Kcal 791, Prot 41, Lip 13, Hc 93.

23 ALMUERZO Entrepà de pa integral amb xocolata 72% cacau Bocadillo de pan integral con chocolate 72% cacao. Pa - Encisam, tomaca, poma, cacaos. Pan - Lechuga, tomate, manzana, cacao. Llentilles juliana. Lentejas juliana. Trita de CEBA ECO amb formatge. Tortilla de CEBOLLA ECO y queso. Fruita. Fruta. Día ecológico. Kcal 769, Prot 21, Lip 29, Hc 90.

24 ALMUERZO 1 plátano amb 1 grapat d'anous pelades. 1 plátano y un puñado de nueces peladas. Hummus amb pics. Hummus con picos. Día ecológico. Caragols Siciliana (Tomaca sencera, cansalada viada, alfàbega fresca, formatge). Caracolas Siciliana (Tomate entero, panceta, albahaca fresca, queso). Salmó a l' Janet amb llet de VERDURES ECO. Salmón al eneldo con cama de VERDURAS ECO. Fruita. Fruta. Kcal 793, Prot 27, Lip 28, Hc 91.

25 ALMUERZO Entrepà de formatge manxec amb oli d'oliva Bocadillo de queso manchego con aceite de oliva. JORNADA GASTRONÒMICA HALLOWEEN JORNADA GASTRONÒMICA HALLOWEEN. Pa - Fantasmits (roses). Pan - Fantasmits (palomitas). Arròs en sang (arros blanc amb tomaca). Arroz sangriento (arroz blanco con tomate). Dits de bruixa (llàgrimes de pollastre) amb amanida halloween. Dedos de bruja (lágrimas de pollo) con ensalada halloween. Ulls de monstre. Ojos de monstruo. Fruita. Fruta. Kcal 859, Prot 34, Lip 26, Hc 87.

26 ALMUERZO Batut de fruita amb ametlles Batido de fruta con almendras. Pa - Encisam, tomaca, dacsa, olives, ceba. Pan - Lechuga, tomate, maíz, aceitunas, cebolla. Guisat de vedella. Guisado de ternera. Carboner amb salsa mary i pessols saltats. Carbonero con salsa mary y guisantes salteados. Fruita. Fruta. Kcal 682, Prot 30, Lip 24, Hc 83.

27 ALMUERZO Rosquilletes integrals amb formatge Rosquilletas integrales con quesito. Pa integral - Escarola, tomaca, magrana, anous, carlota. Pan integral - Escarola, tomate, granada, nueces, zanahoria. Día integral. Sopa maravilla. Sopa maravilla. Llonganisses amb samfaina. Longanizas con pisto. Fruita. Fruta. Kcal 765, Prot 32, Lip 33, Hc 83.

30 ALMUERZO Iogurt natural amb 30 gr de cereals Yogur natural con 30 gr de cereales. Pa - Encisam, tomaca, ceba cruixent, carlota. Pan - Lechuga, tomate, cebolla cruixente, zanahoria. Espirals amb betxamel d'espinacs. Espirales con bechamel de espinacas. Lluç planxa amb tomaca tot casolà. Merluza plancha con tomate todo casero. Fruita. Fruta. Kcal 802, Prot 36, Lip 29, Hc 122.

31 ALMUERZO Entrepà de titot amb oli d'oliva Bocadillo de pavo con aceite de oliva. Pa - Encisam, tomaca, espàrrecs, olives. Pan - Lechuga, tomate, espàrregos, aceitunas, zanahoria. Fabada vegetal. Fabada vegetal. Aletes de pollastre al forn amb daus de carabassa. Alitas de pollo al horno con dados de calabaza. Fruita. Fruta. Kcal 796, Prot 38, Lip 47, Hc 67.

