

El frío de enero viene fuerte y valiente,  
pero siempre tendremos en el comedor un buen plato caliente!

# ENERO

GENCUINA 

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1-GLUTEN 2-CRUSTÁCEOS 3-HUEVO 4-PESCADO 5-CACAHUETE 6-SOJA 7-LECHE



8-FRUTOS SECOS 9-MOSTAZA 10-SÉSAMO 11-SULFITOS 12-APIO 13-MOLUSCOS 14-ALTRAMUCES



Mézclum, tomate y zanahoria **12**

“Fideuà del senyoret” (1,2,3,4,13)

Entremeses con tosta de pimentón (1,7)

Fruta de temporada

Salmón, patata y pimiento (4)

Ensalada valenciana **13**

Garbanzos con verduras y curry

Revuelto de queso, patata y cebolla (3,7)

Zumo de naranja

Pizza casera de pollo (1,7)

Ensalada con granada, maíz y nueces (8) **14**

Arroz con costillas y ajos tiernos

Tacos de caella enharinados (1,4)

Fruta de temporada

Crema de verduras y pollo

Nachos con guacamole **15**

Sopa de estrellas con verduras (1,3)

Pavo en salsa de hierbas provenzales

Fruta de temporada

Rape al horno con zanahoria (4)

Ensalada con manzana, maíz y pipas. (8) **16**

Pasta integral a la carbonara (1,3,7)

Gallineta en salsa de tomate casera (4)

Yogur natural (7)

Hervido valenciano

Mézclum con zanahoria, tomate y naranja **19**

Espaguetis con boloñesa vegetal (1,3,6)

Tortilla de patatas y calabacín (3)

Fruta de temporada

Hamburguesa de pollo (6,11)

Ensalada con tomate, aceitunas y atún (4) **20**

Alubias con chorizo

Alitas de pollo al horno con romero

Zumo de naranja

Merluza rebozada al horno (1,4)

Ensalada con zanahoria, tomate y pipas (8) **21**

Arroz al horno

Pannini de queso y atún (1,4,7)

Fruta de temporada

Tortilla de patata y cebolla (3)

Hummus y tosta de pimentón (1) **22**

Cous Cous con pollo y verduras (1,3)

Bacalao con salsa de cebolla (4)

Fruta de temporada

Hamburguesa de lentejas (1,3,6)

Ensalada con maíz, nueces y tomate (8) **23**

Guisado de rape y gambas (2,4,13)

Pollo al horno con salsa de setas

Yogur con polvo de galleta (1,6,7)

Revuelto de atún y queso (3,4,7)

Ensalada con tomate, queso y zanahoria (7) **26**

Arroz del “senyoret” (2,4,13)

Fajita de pollo y verduras (1)

Fruta de temporada

Salmón con espárragos (4)

Ensalada con pepino, maíz y atún (4) **27**

Lentejas con arroz integral

Revuelto con atún y cebolla (3,4)

Zumo de naranja

Sopa de pollo y verduras (1,3)

Mézclum con granada, naranja y pipas (8) **28**

Pasta integral boloñesa (1,3)

Merluza gratinada con ajoaceite (3,4)

Fruta de temporada

Chuleta de pavo al horno

Ensalada de patata y pimiento **29**

Guisado de sepia y calamares (2,4,13)

Lomo con chips de boniato

Fruta de temporada

Tortilla de berenjena (3)

Mézclum con tomate, maíz y manzana **30**

Sopa de puchero (1,3)

Carne y verdura del puchero

Yogur con fruta (7)

Merluza con ajo y perejil (4)