

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

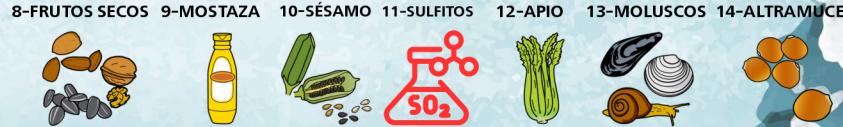
ENERO

GENCUINA 

Lunes



Martes



Miércoles

- 7
Hummus con nachos (1,3)
Pasta con salsa de verduras (1,3)
Croquetas de pollo (1,3,7)
Fruta de temporada
Bacalao al papillote (4)

Jueves

- 8
Ensalada con zanahoria, maíz y aceitunas
Guisado de albóndigas
Merluza en salsa Mery (4)
Fruta de temporada
Pollo y calabacín al horno

Viernes

- 9
Ensalada con queso fresco, tomate y pasas (7,8)
Lentejas de la abuela
Tortilla de patata (3)
Fruta de temporada
Berenjena rellena de carne

12

Mézclum, tomate y zanahoria

"Fideuà del senyoret" (1,2,3,4,13)

Entremeses con tosta de pimentón (1,7)

Fruta de temporada

Salmón, patata y pimiento (4)

13

Ensalada valenciana

Garbanzos con verduras y curry

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

Zumo de naranja

Pizza casera de pollo (1,7)

14

Ensalada con granada, maíz y nueces (8)

Arroz con costillas y ajos tiernos

Tacos de caella enharinados (1,4)

Fruta de temporada

Crema de verduras y pollo

15

Nachos con guacamole

Sopa de estrellas con verduras (1,3)

Pavo en salsa de hierbas provenzales

Fruta de temporada

Rape al horno con zanahoria (4)

16

Ensalada con manzana, maíz y pipas. (8)

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

Gallineta en salsa de tomate casera (4)

Yogur natural (7)

Hervido valenciano

19

Mézclum con zanahoria, tomate y naranja

Espaguetis con boloñesa vegetal (1,3,6)

Tortilla de patatas y calabacín (3)

Fruta de temporada

Hamburguesa de pollo (6,11)

20

Ensalada con tomate, aceitunas y atún (4)

Alubias con chorizo

Alitas de pollo al horno con romero

Zumo de naranja

Merluza rebozada al horno (1,4)

21

Ensalada con zanahoria, tomate y pipas (8)

Arroz al horno

Pannini de queso y atún (1,4,7)

Fruta de temporada

Tortilla de patata y cebolla (3)

22

Hummus y tosta de pimentón (1)

Cous Cous con pollo y verduras (1,3)

Bacalao con salsa de cebolla (4)

Fruta de temporada

Hamburguesa de lentejas (1,3,6)

23

Ensalada con maíz, nueces y tomate (8)

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)

26

Ensalada con tomate, queso y zanahoria (7)

Arroz del "senyoret" (2,4,13)

Fajita de pollo y verduras (1)

Fruta de temporada

Salmón con espárragos (4)

27

Ensalada con pepino, maíz y atún (4)

Lentejas con arroz integral

Revuelto con atún y cebolla (3,4)

Zumo de naranja

Sopa de pollo y verduras (1,3)

28

Mézclum con granada, naranja y pipas (8)

Pasta integral boloñesa (1,3)

Merluza gratinada con ajoaceite (3,4)

Fruta de temporada

Chuleta de pavo al horno

29

Ensalada de patata y pimiento

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

Lomo con chips de boniato

Fruta de temporada

Tortilla de berenjena (3)

30

Mézclum con tomate, maíz y manzana

Sopa de puchero (1,3)

Carne y verdura del puchero

Yogur con fruta (7)

Merluza con ajo y perejil (4)