

CEIP Tomàs Albert

usuario: tomas_albert
usuario: 1443_tomas_albert

Setembre - 2026 MENU CATERING
TOMAS ALBERT

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma
Meló, Piña
Pruna

*Mín. 2 racions pa integral/setm

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1443

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (València)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Disposen de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiaquia, etc. L'avaluació nutricional es basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la "Guia de menús de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La informació sobre els al·lèrgogens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.

E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP
E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	9 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Macarrons integrals a la napolitana amb formatge Ales de pollastre en salsa amb dacsa Fruita Broquetes de verdres Peix a la llima /Fruita	10 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Lentilles amb verdres P/ECO Truita de creïlla amb formatge valencià Fruita ECO Carabasseta a la plantxa Carn blanca magra /Fruita	11 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecològica Arròs a la cubana (tomaca i ou) Salmó a l'anet amb carlota Iogurt Amanida completa Pizza de verdres i formatge /Fruita
14 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Fabada vegetal Porc agredolç Fruita Panolla amb sal Croquetes casolanes de peix /Fruita	15 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Espirals a la italiana (tomaca, formatge) Abadejo a la koskera Fruita Escalivada Remenat d'espinacs /Fruita	16 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Sopa d'olla Hamburguesa mixta amb creïlles Fruita Carlota adobada amb pèsols Peix al papillote /Fruita	17 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecològica Paella valenciana Truita francesa amb carabasseta Fruita ECO Xips de moniato al forn Carn blanca magra /Fruita	18 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca de temporada amb fruita Ensalada russa amb ou i tonyina Cigrons estofats amb verdres P/ECO Iogurt Taboule de couscous Peix blanc /Fruita
21 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Bullit valencià Goulash de magre amb verdres Fruita Bròquil al vapor Peix blau /Fruita	22 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecològica Lentilles a l'hortolana P/ECO Truita de tonyina amb verdres saltejades Fruita Gaspaxo Quesadillas casolanes /Fruita	23 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Arròs a la milanesa Luç a la provençal amb carlota Fruita ECO Faves saltejades amb alls tendres Títot amb xampinyons /Fruita	24 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Crema festival de llegums Cuixa de pollastre amb nyoquis Fruita Wok de verdres Peix a la llima /Fruita	25 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca de temporada amb fruita Pasta integral a la bolonyesa Hamburguesa de coliflor i formatge amb bajoquetes Iogurt Ceba tendra i pimentó roig plantxa Ou /Fruita
28 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Cigrons amb espinacs ecològics P/ECO Truita de carbassó amb formatge fresc Fruita Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita	29 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Fideuà de verdres i soja Abadejo a la biscaina Fruita Cous cous amb especies Carn magra de porc /Fruita	30 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verdres de temporada Sopa minestrone Ragout de gall d'indi amb creïlles Fruita Amanida completa Remenat de verdres /Fruita	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP

CEIP Tomàs Albert

usuario: tomas_albert

usuario: 1443_tomas_albert

Septiembre - 2026 MENU CATERING
TOMAS ALBERT

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Melón, Piña
Ciruela

*Mín. 2 raciones pan integral/sem

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1443

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avda. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños,
dietas, alergias, celiaquía, etc. La evaluación nutricional
se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se pre-
paran conforme a las directrices de la "Guía de menús
de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La información sobre los alérgenos está disponible en
la cocina y en la dirección del centro. Se servirá pan
integral un día a la semana.

<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP																																																																																
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td>HDC</td></tr><tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table><tr><td>9</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Macarrones integrales a la napolitana con queso</td><td>769,61</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Alitas de pollo en salsa con maíz</td><td>36,90g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>188,61mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Brochetas de verduras</td><td>4,58mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td>98,52g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>27,25g</td></tr></table>	9	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Macarrones integrales a la napolitana con queso	769,61		2º	Alitas de pollo en salsa con maíz	36,90g		P	Fruta	188,61mg	S		Brochetas de verduras	4,58mg			Pescado al limón /Fruta	98,52g				27,25g	<table><tr><td>10</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Lentejas con verduras P/ECO</td><td>779,33</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla de patata con queso valenciano</td><td>37,52g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>346,10mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Calabacín a la plancha</td><td>95,12g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Carne blanca magra /Fruta</td><td>27,86g</td></tr></table>	10	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Lentejas con verduras P/ECO	779,33		2º	Tortilla de patata con queso valenciano	37,52g		P	Fruta ECO	346,10mg	S		Calabacín a la plancha	95,12g			Carne blanca magra /Fruta	27,86g	<table><tr><td>11</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>808,13</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Salmón al eneldo con zanahoria</td><td>35,27g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Yogur</td><td>266,63mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Ensalada completa</td><td>4,90mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pizza de verduras y queso /Fruta</td><td>88,19g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>35,15g</td></tr></table>	11	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	808,13		2º	Salmón al eneldo con zanahoria	35,27g		P	Yogur	266,63mg	S		Ensalada completa	4,90mg			Pizza de verduras y queso /Fruta	88,19g				35,15g																																				
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
9	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Macarrones integrales a la napolitana con queso	769,61																																																																																																																																													
	2º	Alitas de pollo en salsa con maíz	36,90g																																																																																																																																													
	P	Fruta	188,61mg																																																																																																																																													
S		Brochetas de verduras	4,58mg																																																																																																																																													
		Pescado al limón /Fruta	98,52g																																																																																																																																													
			27,25g																																																																																																																																													
10	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Lentejas con verduras P/ECO	779,33																																																																																																																																													
	2º	Tortilla de patata con queso valenciano	37,52g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	346,10mg																																																																																																																																													
S		Calabacín a la plancha	95,12g																																																																																																																																													
		Carne blanca magra /Fruta	27,86g																																																																																																																																													
11	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	808,13																																																																																																																																													
	2º	Salmón al eneldo con zanahoria	35,27g																																																																																																																																													
	P	Yogur	266,63mg																																																																																																																																													
S		Ensalada completa	4,90mg																																																																																																																																													
		Pizza de verduras y queso /Fruta	88,19g																																																																																																																																													
			35,15g																																																																																																																																													
<table><tr><td>14</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Fabada vegetal</td><td>817,09</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Cerdo agridulce</td><td>28,61g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>177,81mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td>8,81mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Croquetas caseras de pescado /Fruta</td><td>97,78g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>43,85g</td></tr></table>	14	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Fabada vegetal	817,09		2º	Cerdo agridulce	28,61g		P	Fruta	177,81mg	S		Mazorca de maíz con sal	8,81mg			Croquetas caseras de pescado /Fruta	97,78g				43,85g	<table><tr><td>15</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Espirales a la italiana (tomate, queso)</td><td>845,77</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Abadejo a la koskera</td><td>32,39g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>208,20mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Escalivada</td><td>5,66mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Revuelto de espinacas /Fruta</td><td>126,97g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>33,89g</td></tr></table>	15	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Espirales a la italiana (tomate, queso)	845,77		2º	Abadejo a la koskera	32,39g		P	Fruta	208,20mg	S		Escalivada	5,66mg			Revuelto de espinacas /Fruta	126,97g				33,89g	<table><tr><td>16</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa de cocido</td><td>845,77</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Hamburguesa mixta con patatas</td><td>55,36g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>136,20mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Zanahoria aliñada con guisantes</td><td>7,67mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado al papillote /Fruta</td><td>64,43g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>47,39g</td></tr></table>	16	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Sopa de cocido	845,77		2º	Hamburguesa mixta con patatas	55,36g		P	Fruta	136,20mg	S		Zanahoria aliñada con guisantes	7,67mg			Pescado al papillote /Fruta	64,43g				47,39g	<table><tr><td>17</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Paella valenciana</td><td>843,30</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla francesa con calabacín</td><td>24,92g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>153,35mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Chips de boniato al horno</td><td>5,30mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Carne blanca magra /Fruta</td><td>98,02g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>39,12g</td></tr></table>	17	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Paella valenciana	843,30		2º	Tortilla francesa con calabacín	24,92g		P	Fruta ECO	153,35mg	S		Chips de boniato al horno	5,30mg			Carne blanca magra /Fruta	98,02g				39,12g	<table><tr><td>18</td><td>E</td><td>Ensalada fresca de temporada con fruta</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Ensaladilla con huevo y atún</td><td>819,77</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Garbanzos estofados con verduras P/ECO</td><td>27,75g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Yogur</td><td>397,73mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Tabulé de couscous</td><td>5,30mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado blanco /Fruta</td><td>97,50g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>35,63g</td></tr></table>	18	E	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL		1º	Ensaladilla con huevo y atún	819,77		2º	Garbanzos estofados con verduras P/ECO	27,75g		P	Yogur	397,73mg	S		Tabulé de couscous	5,30mg			Pescado blanco /Fruta	97,50g				35,63g
14	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Fabada vegetal	817,09																																																																																																																																													
	2º	Cerdo agridulce	28,61g																																																																																																																																													
	P	Fruta	177,81mg																																																																																																																																													
S		Mazorca de maíz con sal	8,81mg																																																																																																																																													
		Croquetas caseras de pescado /Fruta	97,78g																																																																																																																																													
			43,85g																																																																																																																																													
15	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Espirales a la italiana (tomate, queso)	845,77																																																																																																																																													
	2º	Abadejo a la koskera	32,39g																																																																																																																																													
	P	Fruta	208,20mg																																																																																																																																													
S		Escalivada	5,66mg																																																																																																																																													
		Revuelto de espinacas /Fruta	126,97g																																																																																																																																													
			33,89g																																																																																																																																													
16	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Sopa de cocido	845,77																																																																																																																																													
	2º	Hamburguesa mixta con patatas	55,36g																																																																																																																																													
	P	Fruta	136,20mg																																																																																																																																													
S		Zanahoria aliñada con guisantes	7,67mg																																																																																																																																													
		Pescado al papillote /Fruta	64,43g																																																																																																																																													
			47,39g																																																																																																																																													
17	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Paella valenciana	843,30																																																																																																																																													
	2º	Tortilla francesa con calabacín	24,92g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	153,35mg																																																																																																																																													
S		Chips de boniato al horno	5,30mg																																																																																																																																													
		Carne blanca magra /Fruta	98,02g																																																																																																																																													
			39,12g																																																																																																																																													
18	E	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Ensaladilla con huevo y atún	819,77																																																																																																																																													
	2º	Garbanzos estofados con verduras P/ECO	27,75g																																																																																																																																													
	P	Yogur	397,73mg																																																																																																																																													
S		Tabulé de couscous	5,30mg																																																																																																																																													
		Pescado blanco /Fruta	97,50g																																																																																																																																													
			35,63g																																																																																																																																													
<table><tr><td>21</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Hervido valenciano</td><td>773,53</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Goulash de magro con verduras</td><td>27,98g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>136,31mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Brócoli al vapor</td><td>5,50mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>79,33g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>39,00g</td></tr></table>	21	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Hervido valenciano	773,53		2º	Goulash de magro con verduras	27,98g		P	Fruta	136,31mg	S		Brócoli al vapor	5,50mg			Pescado azul /Fruta	79,33g				39,00g	<table><tr><td>22</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Lentejas a la hortelana P/ECO</td><td>851,87</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla de atún con verduras salteadas</td><td>50,12g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>165,66mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Gazpacho</td><td>7,67mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Quesadillas caseras /Fruta</td><td>90,18g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>32,95g</td></tr></table>	22	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Lentejas a la hortelana P/ECO	851,87		2º	Tortilla de atún con verduras salteadas	50,12g		P	Fruta	165,66mg	S		Gazpacho	7,67mg			Quesadillas caseras /Fruta	90,18g				32,95g	<table><tr><td>23</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Arroz a la milanesa</td><td>805,09</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Merluza a la provenzal con zanahoria</td><td>28,80g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>168,12mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Habas rehogadas con ajos tiernos</td><td>5,63mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pavo con champiñones /Fruta</td><td>129,50g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>19,85g</td></tr></table>	23	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Arroz a la milanesa	805,09		2º	Merluza a la provenzal con zanahoria	28,80g		P	Fruta ECO	168,12mg	S		Habas rehogadas con ajos tiernos	5,63mg			Pavo con champiñones /Fruta	129,50g				19,85g	<table><tr><td>24</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Crema festival de legumbres</td><td>798,71</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Contramuslo de pollo con gnocchis</td><td>43,47g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>228,19mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Wok de verduras</td><td>11,06mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td>130,95g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>20,59g</td></tr></table>	24	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Crema festival de legumbres	798,71		2º	Contramuslo de pollo con gnocchis	43,47g		P	Fruta	228,19mg	S		Wok de verduras	11,06mg			Pescado al limón /Fruta	130,95g				20,59g	<table><tr><td>25</td><td>E</td><td>Ensalada fresca de temporada con fruta</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Pasta integral a la boloñesa</td><td>903,62</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Hamburguesa de coliflor y queso con judías verdes</td><td>35,92g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Yogur</td><td>380,33mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Cebolleta y pimiento rojo plancha</td><td>7,93mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Huevo /Fruta</td><td>108,08g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>36,28g</td></tr></table>	25	E	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL		1º	Pasta integral a la boloñesa	903,62		2º	Hamburguesa de coliflor y queso con judías verdes	35,92g		P	Yogur	380,33mg	S		Cebolleta y pimiento rojo plancha	7,93mg			Huevo /Fruta	108,08g				36,28g
21	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Hervido valenciano	773,53																																																																																																																																													
	2º	Goulash de magro con verduras	27,98g																																																																																																																																													
	P	Fruta	136,31mg																																																																																																																																													
S		Brócoli al vapor	5,50mg																																																																																																																																													
		Pescado azul /Fruta	79,33g																																																																																																																																													
			39,00g																																																																																																																																													
22	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Lentejas a la hortelana P/ECO	851,87																																																																																																																																													
	2º	Tortilla de atún con verduras salteadas	50,12g																																																																																																																																													
	P	Fruta	165,66mg																																																																																																																																													
S		Gazpacho	7,67mg																																																																																																																																													
		Quesadillas caseras /Fruta	90,18g																																																																																																																																													
			32,95g																																																																																																																																													
23	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Arroz a la milanesa	805,09																																																																																																																																													
	2º	Merluza a la provenzal con zanahoria	28,80g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	168,12mg																																																																																																																																													
S		Habas rehogadas con ajos tiernos	5,63mg																																																																																																																																													
		Pavo con champiñones /Fruta	129,50g																																																																																																																																													
			19,85g																																																																																																																																													
24	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Crema festival de legumbres	798,71																																																																																																																																													
	2º	Contramuslo de pollo con gnocchis	43,47g																																																																																																																																													
	P	Fruta	228,19mg																																																																																																																																													
S		Wok de verduras	11,06mg																																																																																																																																													
		Pescado al limón /Fruta	130,95g																																																																																																																																													
			20,59g																																																																																																																																													
25	E	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Pasta integral a la boloñesa	903,62																																																																																																																																													
	2º	Hamburguesa de coliflor y queso con judías verdes	35,92g																																																																																																																																													
	P	Yogur	380,33mg																																																																																																																																													
S		Cebolleta y pimiento rojo plancha	7,93mg																																																																																																																																													
		Huevo /Fruta	108,08g																																																																																																																																													
			36,28g																																																																																																																																													
<table><tr><td>28</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Garbanzos con espinacas P/ECO</td><td>865,72</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla de calabacín con queso fresco</td><td>36,16g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>324,99mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Menestra salteada</td><td>11,69mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Pescado al papillote /Fruta</td><td>110,13g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>31,90g</td></tr></table>	28	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Garbanzos con espinacas P/ECO	865,72		2º	Tortilla de calabacín con queso fresco	36,16g		P	Fruta	324,99mg	S		Menestra salteada	11,69mg			Pescado al papillote /Fruta	110,13g				31,90g	<table><tr><td>29</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Fideua de verduras y soja</td><td>781,70</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Abadejo a la vizcaína</td><td>31,98g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>189,06mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Cous cous con especias</td><td>5,71mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Carne magra de cerdo /Fruta</td><td>131,76g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>35,01g</td></tr></table>	29	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Fideua de verduras y soja	781,70		2º	Abadejo a la vizcaína	31,98g		P	Fruta	189,06mg	S		Cous cous con especias	5,71mg			Carne magra de cerdo /Fruta	131,76g				35,01g	<table><tr><td>30</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa minestrone</td><td>815,81</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td>Ragout de pavo con patatas</td><td>36,45g</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>140,26mg</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td>Ensalada completa</td><td>5,63mg</td></tr><tr><td></td><td></td><td>Revuelto de verduras /Fruta</td><td>115,64g</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>39,03g</td></tr></table>	30	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Sopa minestrone	815,81		2º	Ragout de pavo con patatas	36,45g		P	Fruta	140,26mg	S		Ensalada completa	5,63mg			Revuelto de verduras /Fruta	115,64g				39,03g	<table><tr><td></td><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>		E		KCAL		1º		PROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table><tr><td></td><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr><tr><td></td><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr><tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr><tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr><tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr></table>		E		KCAL		1º		PROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP								
28	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Garbanzos con espinacas P/ECO	865,72																																																																																																																																													
	2º	Tortilla de calabacín con queso fresco	36,16g																																																																																																																																													
	P	Fruta	324,99mg																																																																																																																																													
S		Menestra salteada	11,69mg																																																																																																																																													
		Pescado al papillote /Fruta	110,13g																																																																																																																																													
			31,90g																																																																																																																																													
29	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Fideua de verduras y soja	781,70																																																																																																																																													
	2º	Abadejo a la vizcaína	31,98g																																																																																																																																													
	P	Fruta	189,06mg																																																																																																																																													
S		Cous cous con especias	5,71mg																																																																																																																																													
		Carne magra de cerdo /Fruta	131,76g																																																																																																																																													
			35,01g																																																																																																																																													
30	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Sopa minestrone	815,81																																																																																																																																													
	2º	Ragout de pavo con patatas	36,45g																																																																																																																																													
	P	Fruta	140,26mg																																																																																																																																													
S		Ensalada completa	5,63mg																																																																																																																																													
		Revuelto de verduras /Fruta	115,64g																																																																																																																																													
			39,03g																																																																																																																																													
	E		KCAL																																																																																																																																													
	1º		PROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
	E		KCAL																																																																																																																																													
	1º		PROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													