

<u>ESTE MES SE SERVIRAN LAS SIGUIENTES FRUTAS:</u> MANZANA GOLDEN MANZANA ROYAL GALA PERA CONFERENCIA NARANJA UVA PLÁTANO MANDARINA CAQUI PERSIMON 		PUEDEN SOLICITAR A NUESTRO PERSONAL LA INFORMACIÓN DE SUSTANCIAS QUE PUEDEN CAUSAR ALERGIAS O INTOLERANCIAS, EN CUMPLIMIENTO DEL REGLAMENTO 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓN ALIMENTARIA FACILITADA AL CONSUMIDOR. TODOS LOS PROVEEDORES DE FRUTA Y VERDURA SON DE LA COMUNIDAD VALENCIANA		
<u>LUNES/DILLUNS 09</u> Ensalada-Amanida Crema de verduras Crema de verdures Estofado de pollo a la jardinera con patatas Estofat de pollastre a la jardinera amb creïlles Fruta-Fruita 630,1Kcal - Prot:35,1g - Lip:11,1g - HC:94,4g AGS:1,8g - Azúcares:21,3g - Sal:8,5g	<u>MARTES/DIMARTS 10</u> Ensalada-Amanida Sopa con lluvia Sopa amb pluja Hamburguesa de ternera al horno con pisto Hamburguesa de vedella al forn amb samfaina Flan de vainilla-Flam de vainilla 670,8Kcal - Prot:37,5g - Lip:21,7g - HC:77,2g AGS:5,1g - Azúcares:21,1g - Sal:4,9g	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 11</u> Ensalada-Amanida Coditos con verduras Colzets amb verdures Palometa con aceite de pimentón Palometa amb oli de pebre roig Fruta-Fruita 589,0Kcal - Prot:31,1g - Lip:17,2g - HC:75,3g AGS:3,8g - Azúcares:20,6g - Sal:11,2g	<u>JUEVES/DIJOUS 12</u> Ensalada-Amanida Arroz a banda Arròs a banda Croquetas de jamón Croquetes de pernil Fruta-Fruita 751,7Kcal - Prot:29,3g - Lip:18,9g - HC:109,0g AGS:4,1g - Azúcares:26,4g - Sal:6,4g	<u>VIERNES/DIVENDRES 13</u> Ensalada-Amanida Lentejas con verduras Llenties amb verdures Tortilla de patata Trita de creïlla Fruta-Fruita 669,4Kcal - Prot:27,5g - Lip:16,6g - HC:100,2g AGS:7,2g - Azúcares:16,1g - Sal:5,4g
<u>LUNES/DILLUNS 16</u> Ensalada-Amanida Crema de calabacín con queso Crema de carabasseta amb formatge Muslo de pollo al chilindrón Cuixa de pollastre al chilindrón Fruta-Fruita 592,8Kcal - Prot:26,0g - Lip:11,1g - HC:93,0g AGS:2,5g - Azúcares:24,0g - Sal:8,5g	<u>MARTES/DIMARTS 17</u> Ensalada-Amanida Potaje de garbanzos con acelgas Potatge de cigrins amb bledes Tortilla francesa con queso Trita francesa amb formatge Fruta-Fruita 733,4Kcal - Prot:34,6g - Lip:16,8g - HC:107,8g AGS:4,2g - Azúcares:16,5g - Sal:8,0g	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 18</u> Ensalada-Amanida Arroz con tomate Arròs amb tomaca Fogonero al ajo y perejil Fogoner amb all i julivert Fruta-Fruita 687,7Kcal - Prot:23,5g - Lip:19,0g - HC:96,4g AGS:2,7g - Azúcares:18,5g - Sal:5,1g	<u>JUEVES/DIJOUS 19</u> Ensalada-Amanida Sopa de ave con fideos Sopa d'au amb fideus Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Guisat de magre de porc amb menestra de verdures i creïlles Yogur de macedonia-logurt de macedònia 759,6Kcal - Prot:51,9g - Lip:29,0g - HC:71,3g AGS:8,6g - Azúcares:24,0g - Sal:11,0g	<u>VIERNES/DIVENDRES 20</u> Ensalada-Amanida Alubias con verduras Fesols amb verdures Skipper de bacalao Skipper de bacallà Fruta-Fruita 642,6Kcal - Prot:28,1g - Lip:13,8g - HC:98,3g AGS:3,1g - Azúcares:20,3g - Sal:3,8g
<u>LUNES/DILLUNS 23</u> Ensalada-Amanida Lentejas estofadas con puerros Llenties estofades amb porros Tortilla de calabacín Trita de carabasseta Fruta-Fruita 649,9Kcal - Prot:39,5g - Lip:20,9g - HC:73,3g AGS:5,0g - Azúcares:16,8g - Sal:6,4g	<u>MARTES/DIMARTS 24</u> Ensalada-Amanida Espirales napolitana Espirals napolitana Cordon bleu al horno Cordon bleu al forn Natillas de vainilla Natilles de vainilla 794,0Kcal - Prot:35,1g - Lip:20,3g - HC:111,9g AGS:7,1g - Azúcares:22,9g - Sal:4,3g	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 25</u> Ensalada-Amanida Sopa Juliana Sopa Juliana Escalope de pollo en pepitoria Escalopa de pollastre en pepitoria Fruta-Fruita 847,9Kcal - Prot:46,5g - Lip:17,7g - HC:122,4g AGS:6,7g - Azúcares:24,0g - Sal:6,5g	<u>JUEVES/DIJOUS 26</u> Ensalada-Amanida Arroz rosechat Arròs rosechat Lomo de cerdo a la riojana Llomello de porc a la riojana Coca de chocolate Coca de xocolate  664,8Kcal - Prot:25,0g - Lip:16,6g - HC:95,8g AGS:2,6g - Azúcares:18,2g - Sal:2,9g	<u>VIERNES/DIVENDRES 27</u> Ensalada-Amanida Crema parmentier Crema parmentier Caballa en salsa holandesa con zanahoria parisina Verat en salsa holandesa amb carlota parisena Fruta-Fruita 863,4Kcal - Prot:24,2g - Lip:18,8g - HC:146,6g AGS:6,0g - Azúcares:22,9g - Sal:6,3g
<u>LUNES/DILLUNS 30</u> Ensalada-Amanida Fideuà de marisco Fideuà de marisc Nuggets de brócoli y queso Nuggets de brócoli i formatge Fruta-Fruita 488,6Kcal - Prot:23,6g - Lip:10,2g - HC:72,5g AGS:1,8g - Azúcares:16,6g - Sal:7,2g	<u>MARTES/DIMARTS 31</u> Ensalada-Amanida Alubias blancas con sofrito vegetal y comino Fesols blancs amb sofregit vegetal i comí Tortilla española con maíz salteado Trita española amb dacsa saltada Fruta-fruita 712,7Kcal - Prot:42,2g - Lip:22,4g HC:82,6g AGS:6,2g - Azúcares:24,6g - Sal:6,8g	 		