



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALORACIÓN
3	4	5	6		
Lechuga, manzana y tomate Guiso de patata jardinera [6] Tortilla de puerro y queso [2] [3] Pan integral y fruta [1]	Mezclum, zanahoria y fresas Crema de guisantes y zanahoria [6] Merluza con rebozado natural [4] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, rúcula, remolacha y zanahoria [6] Consomé de verduras con fideo eco [1] [6] Pollo en su jugo con manzana [6] Pan integral y lácteo [1] [2]			Energía 1477 Kj 353 Kcal LIP 16.2 g AGS 3.6 g HC 33.0 g Azúcar 10.4 g Proteínas 17.4 g Sal 1.3 g
					Energía LIP AGS HC Azúcar Proteínas Sal
17	18	19	20	21	
		Mezclum, zanahoria y fresas Sopa de gallina con fideo eco [1] [6] Tombet de pollo [6] Pan integral y yogur artesano [1] [2]	Lechuga, rúcula, remolacha y zanahoria [6] Tosta de hummus eco [1] [6] Paella valenciana con alcachofa [6] Fruta	Lechuga, tomate, aceitunas y queso [2] Crema de setas y calabaza [6] Abadejo al horno con patata [2] [4] [6] Pan integral y fruta [1]	Energía 1509 Kj 361 Kcal LIP 13.3 g AGS 2.9 g HC 40.4 g Azúcar 10.9 g Proteínas 19.0 g Sal 1.4 g
24	25	26	27	28	
Mezclum, maíz y zanahoria Arroz con tomate [6] Merluza con salsa marinera [4] [5] [6] [13] Pan integral y fruta [1]	Mezclum, zanahoria y fresas Potaje de garbanzos eco con calabaza y repollo [6] Tortilla francesa [3] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, manzana y tomate Crema de legumbres [6] Lasaña casera de carne [1] [2] [3] [6] Pan integral y fruta [1]	Lechuga, rúcula, remolacha y zanahoria [6] Pan integral con tomate y queso fresco artesano [1] [2] [3] Fideuá [1] [3] [4] [5] [6] [13] Fruta	Lechuga, tomate, aceitunas y queso [2] Hervido valenciano [6] Chuletas de pavo con salteado de color maíz [1] [2] [6] [9] [12] Pan integral y coca de Castelló [1] [3] [6] [8] [14]	Energía 1587 Kj 380 Kcal LIP 15.7 g AGS 3.9 g HC 41.2 g Azúcar 11.9 g Proteínas 16.1 g Sal 1.5 g

- [1] Gluten
- [2] Lácteos
- [3] Huevo
- [4] Pescado
- [5] Moluscos
- [6] SO2, sulfitos
- [7] Sésamo
- [8] Cacahuets
- [9] Altramuces
- [10] Mostaza
- [11] Apio
- [12] Soja
- [13] Crustáceos
- [14] F. de cáscara

No cocinamos con potenciadores del sabor ni colorantes artificiales. Incluimos lácteos de proximidad con reducción de azúcar frente a ediciones anteriores.

Nuestro menú incluye vegetales frescos de temporada: naranja, plátano, pera, manzana, kiwi, piña, repollo, calabaza, calabacín, cebolla, puerro, brócoli, boniato, nabo, zanahoria y espinacas

Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV00639