

CEIP La Fonteta

usuario: la_fonteta

contraseña: 134_la_fonteta

Juny - 2026 Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

Cirera, Maduixa, Bresquilla
Meló, Nectarina, Meló d'Alger
Plàtan, Pinya

*Mín. 2 racions pa integral/setm

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 134

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



<p>1</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Pasta integral a la bolonyesa</p> <p>Abadejo a la koskera</p> <p>Fruita</p> <p>Gaspaxo</p> <p>Carn d'au /Fruita</p>	<p>2</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Llenties a l'hortolana P/ECO</p> <p>Truita de carbassó amb formatge fresc</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de verdures</p> <p>Peix al papillote /Fruita</p>	<p>3</p> <p>Gaspaxo andalús</p> <p>Arròs a la milanesa</p> <p>Aladros en tempura amb carlota vichys</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Amanida completa</p> <p>Carn magra de porc /Fruita</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Crema de fesols i verdures amb tostons</p> <p>Contraixua de pollastre a l'ast (Infantil: Ragout de pollastre) amb creilles</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada de verdures gratinades</p> <p>Peix a la llima /Fruita</p>	<p>5</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Fideua de peix i marisc</p> <p>Bajoquetes saltades amb ceba</p> <p>Iogurt</p> <p>Taboule de couscous</p> <p>Remenat d'espinacs /Fruita</p>
<p>8</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Cigrons al curri amb llet de coco</p> <p>Llonganisses amb samfaina manxega</p> <p>Fruita</p> <p>Xips de moniato al forn</p> <p>Peix blanc /Fruita</p>	<p>9</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Salmó al forn amb verdures thai</p> <p>Fruita</p> <p>Quinoa amb espècies</p> <p>Carn roja magra /Fruita</p>	<p>10</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Sopa d'olla amb cigrons</p> <p>Ales de pollastre bbq (Infantil: Ragout de pollastre) amb dacsà</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Tosta d'hummus</p> <p>Peix blau /Fruita</p>	<p>11</p> <p>Gaspaxo andalús</p> <p>Ensalada d'estiu amb creilla, tonyina i vegetals (Infantil: Bullit de temporada)</p> <p>Truita francesa amb formatge manxec</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida completa</p> <p>Carn blanca /Fruita</p>	<p>12</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Pizza margarida</p> <p>Fabada vegetal</p> <p>Iogurt</p> <p>Gaspaxo</p> <p>Ous al plat /Fruita</p>
<p>15</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Fajita vegetal amb formatge</p> <p>Pasta amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita</p> <p>Panolla amb sal</p> <p>Carn d'au /Fruita</p>	<p>16</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Llenties estofades amb verdures de temporada</p> <p>Llom a la portuguesa</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida completa</p> <p>Peix blanc /Fruita</p>	<p>17</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Macarrons integrals a la italiana (tomaca, formatge)</p> <p>Lluç a la marinera</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Graellada de verdures</p> <p>Truita de ceba /Fruita</p>	<p>18</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Crema de pèsols amb tostons</p> <p>Pollastre amb allada (Infantil: Goulash de pollastre) amb verdures</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada d'encisam amb alvocat</p> <p>Peix a la llima /Fruita</p>	<p>19</p> <p>Frivolitats</p> <p>Bunyols de bacallà</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Iogurt bebible</p> <p>Gaspaxo</p> <p>Carn magra de porc /Fruita</p>
<p>22</p> <p>Ensalada de verdures de temporada</p> <p>Crema festival de llegums</p> <p>Mandonguilles a la jardineria</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida completa</p> <p>Remenat d'all tendres /Fruita</p>				

CEIP La Fonteta

usuario: la_fonteta

contraseña: 134_la_fonteta

Junio - 2026 Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Cereza, Fresa, Melocotón
Melón, Nectarina, Sandía
Plátano, Piña

*Mín. 2 raciones pan integral/sem

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 134

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



<p>1</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 814,27 FROT CA 38,15g FE 244,56mg HDC 9,18mg LIP 105,75g P 26,75g</p> <p>Pasta integral a la boloñesa</p> <p>Abadejo a la koskera</p> <p>Fruta</p> <p>Gazpacho Carne de ave /Fruta</p>	<p>2</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 945,20 FROT CA 54,20g FE 238,62mg HDC 12,02mg LIP 98,23g P 38,06g</p> <p>Lentejas a la hortelana P/ECO</p> <p>Tortilla de calabacín con queso fresco</p> <p>Fruta</p> <p>Wok de verduras Pescado al papillote /Fruta</p>	<p>3</p> <p>Gazpacho andaluz KCAL 879,30 FROT CA 34,76g FE 101,57mg HDC 138,58g LIP 21,54g</p> <p>Arroz a la milanesa</p> <p>Boquerones enharinados con zanahorias vichy</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Ensalada completa Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 835,10 FROT CA 33,50g FE 177,11mg HDC 7,86mg LIP 100,77g P 33,90g</p> <p>Crema de alubias y verduras con tostones</p> <p>Contramuslo de pollo a l'ast (Infantil: Ragout de pollo) con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Tosta de verduras gratinadas Pescado al limón /Fruta</p>	<p>5</p> <p>Ensalada fresca ecológica KCAL 793,94 FROT CA 42,71g FE 471,29mg HDC 7,29mg LIP 115,54g P 38,10g</p> <p>Fideua de pescado y marisco</p> <p>Judías verdes salteadas con cebolla</p> <p>Yogur</p> <p>Tabulé de couscous Revuelto de espinacas /Fruta</p>
<p>8</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 950,56 FROT CA 29,28g FE 222,53mg HDC 9,75mg LIP 112,86g P 43,28g</p> <p>Garbanzos al curry con leche de coco</p> <p>Longanizas con pisto manchego</p> <p>Fruta</p> <p>Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta</p>	<p>9</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 926,68 FROT CA 35,16g FE 123,72mg HDC 5,74mg LIP 109,18g P 42,63g</p> <p>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>Salmón al horno con verduras thai</p> <p>Fruta</p> <p>Quinoa con especias Carne roja magra /Fruta</p>	<p>10</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 926,68 FROT CA 40,79g FE 146,89mg HDC 6,74mg LIP 104,62g P 39,87g</p> <p>Sopa de cocido con garbanzos</p> <p>Alitas de pollo bbq (Infantil: Ragout de pollo) con maíz</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Tosta de hummus Pescado azul /Fruta</p>	<p>11</p> <p>Gazpacho andaluz KCAL 808,56 FROT CA 27,24g FE 259,19mg HDC 5,65mg LIP 69,30g P 47,86g</p> <p>Ensalada de verano con patata, atún y vegetales (Infantil: Hervido de temporada)</p> <p>Tortilla francesa con queso manchego</p> <p>Fruta</p> <p>Ensalada completa Carne blanca /Fruta</p>	<p>12</p> <p>Ensalada fresca ecológica KCAL 908,58 FROT CA 43,23g FE 514,72mg HDC 8,40mg LIP 108,49g P 32,94g</p> <p>Pizza margarita</p> <p>Fabada vegetal</p> <p>Yogur</p> <p>Gazpacho Huevos al plato /Fruta</p>
<p>15</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 920,57 FROT CA 38,52g FE 507,20mg HDC 4,88mg LIP 147,90g P 35,75g</p> <p>Fajita vegetal con queso</p> <p>Coditos con boloñesa vegetal</p> <p>Fruta</p> <p>Mazorca de maíz con sal Carne de ave /Fruta</p>	<p>16</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 858,01 FROT CA 36,90g FE 172,36mg HDC 10,06mg LIP 123,39g P 24,61g</p> <p>Lentejas estofadas con verduras de temporada</p> <p>Lomo a la portuguesa</p> <p>Fruta</p> <p>Ensalada completa Pescado blanco /Fruta</p>	<p>17</p> <p>Ensalada fresca ecológica KCAL 786,54 FROT CA 34,79g FE 248,87mg HDC 7,74mg LIP 119,37g P 19,27g</p> <p>Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso)</p> <p>Merluza a la marinera</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Parrillada de verduras Tortilla de cebolla /Fruta</p>	<p>18</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 730,29 FROT CA 31,01g FE 106,55mg HDC 5,13mg LIP 80,12g P 33,07g</p> <p>Crema de guisantes con tostones</p> <p>Pollo al ajillo (Infantil: Goulash de pollo) con verduras</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada de brotes con aguacate Pescado al limón /Fruta</p>	<p>19</p> <p>Frivolidades KCAL 881,71 FROT CA 36,46g FE 140,47mg HDC 2,14mg LIP 176,48g P 40,85g</p> <p>Buñuelos de bacalao</p> <p>Paella valenciana</p> <p>Yogur bebible</p> <p>Gazpacho Carne magra de cerdo /Fruta</p>
<p>22</p> <p>Ensalada de verduras de temporada KCAL 841,35 FROT CA 32,47g FE 230,58mg HDC 9,79mg LIP 97,31g P 35,94g</p> <p>Crema festival de legumbres</p> <p>Albóndigas a la jardinera</p> <p>Fruta</p> <p>Ensalada completa Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p>				