

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda 01</p> <p>Garbanzos con verduras</p> <p>Muslo de pollo a la cazadora al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz 02</p> <p>Arroz con hortalizas</p> <p>Filete de merluza al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas 03</p> <p>Estofado de lentejas campesinas con hortalizas</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Fruta</p>	<p>Sabores de la tierra lechuga, lombarda, maíz 04</p> <p>Macarrones "sin gluten" italiana con tomate</p> <p>Filete de abadejo a la riojana al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p>
<p>Lechuga, zanahoria, olivas 07</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Lomo en salsa española al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas 08</p> <p>Paella alicantina con magro de cerdo y pollo</p> <p>Huevo duro con queso</p> <p>Fruta</p>	<p>Festivo</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas 10</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Pollo en su jugo</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz 11</p> <p>Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón</p> <p>Rustidera de merluza al horno</p> <p>Fruta</p>
<p>Lechuga, remolacha, pepino 14</p> <p>Potaje de lentejas a la jardinera con hortalizas</p> <p>Muslo de pollo al chimichurri al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>Sabores de la tierra lechuga, lombarda, maíz 15</p> <p>Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate</p> <p>Filete de bacalao al caldo corto</p> <p>Yogur</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz, olivas 16</p> <p>Cazuela de alubias hortelanas con hortalizas</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Fruta</p>	<p>Hummus de garbanzos con pan 17</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Longanizas de ave al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz 18</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Pizza de jamón serrano con tomate</p> <p>Fruta</p>
<p>Lechuga, zanahoria, olivas 21</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Albóndigas de ave en salsa al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, zanahoria, pepino, maíz 22</p> <p>Arroz de otoño con setas</p> <p>Filete de merluza al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas 23</p> <p>Cassoulet de garbanzos con hortalizas</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino 24</p> <p>Macarrones "sin gluten" pomodoro con tomate y hortalizas</p> <p>Salmón al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas 25</p> <p>Olleta alicantina con alubias, lentejas, arroz y hortalizas</p> <p>Pollo con samfaina al horno con tomate y hortalizas</p> <p>Fruta</p>
<p>Lechuga, remolacha, pepino 28</p> <p>Crema de verduras campestres</p> <p>Lomo en salsa lionesa de cebolla al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas 29</p> <p>Fideos "sin gluten" a la cazuela con pescado</p> <p>Huevo duro con jamón serrano</p> <p>Yogur</p>	<p>Lechuga, lombarda, zanahoria, olivas 30</p> <p>Guisado de lentejas con verduras</p> <p>Tortilla española con patata y cebolla</p> <p>Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, maíz 31</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Muslo de pollo a la santanderina al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta</p>	

De vuelta a la colmena

Sabores de la tierra

Sabías que...

OCTUBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera, caquí, ciruela, nectarina

Consejos saludables

Con la llegada de Octubre nos llegan nuevos productos con los que podemos aderezar nuestros platos con nuevos sabores y aromas. ¿A qué esperas para probarlos?

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta descripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda
Cigrons amb verdures
Cuixa de pollastre a la caçadora al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre, dacsca
Arròs amb hortalisses
Filet de lluç al vapor
Fruita

Lletuga, llombarda, olives
Estofat de lletilles campesines amb hortalisses
Truita de creïlla i carabasseta
Fruita

Sabors de la terra
Lletuga, llombarda, dacsca
Macarrons "sense gluten" italiana amb tomaca
Filet de abadejo a la riojana al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Llom en salsa espanyola al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca, olives
Paella alacantina amb magre i pollastre
Ou dur amb formatge
Fruita

Festiu

Lletuga, llombarda, olives
Crema de safanòria
Pollastre en el seu suc
Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre, dacsca
Macarrons "sense gluten" amb tomaca i xampinyó
Lluç rostit al forn
Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre
Potatge de lletilles jardineria amb hortalisses
Cuixa de pollastre al ximurri al forn
Fruita

Sabors de la terra
Lletuga, llombarda, dacsca
Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfabega amb tomaca
Filet de bacallà al caldo curt logurt

Lletuga, safanòria, dacsca, olives
Cassola de fesols hortolanes amb hortalisses
Truita de creïlla i ceba
Fruita

Hummus de cigrons amb pa
Arròs amb salsa de tomaca
Llonganisses d'au al forn
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca
Crema de carabasseta
Pizza de pèrnil amb tomaca
Fruita

Lletuga, safanòria, olives
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Mandonguilles d'au en salsa al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

Lletuga, safanòria, cogombre, dacsca
Arròs de tardor amb setes
Filet de lluç al vapor
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, olives
Cassoulet de cigrons amb hortalisses
Truita de creïlla
Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre
Macarrons "sense gluten" pomodoro amb tomaca i hortalisses
Salmó al forn
Fruita

Lletuga, dacsca, olives
Olleta alicantina amb fesols, lletilles, arròs i hortalisses
Pollastre amb samfaina amb tomaca i hortalisses
Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre
Crema de verdures llauradores
Llom en salsa lionesa de ceba al forn
Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca, olives
Fideus "sense gluten" a la cassola amb peix
Ou dur amb pèrnil logurt

Lletuga, llombarda, safanòria, olivas
Guisat de lletilles amb verdures
Truita espanyola amb creïlla i ceba
Fruita

Lletuga, remolatxa, dacsca
Sopa d'au amb fideus "sense gluten"
Cuixa de pollastre a la santanderina al forn amb salsa d'hortalisses
Fruita

De tornada al rusc

Sabors de la terra

Sabies que...

OCTUBRE FRUITA DE TEMPORADA:
Poma, plàtan, pera, caqui, pruna, nectarina

Consells saludables

Amb l'arribada d'octubre ens arriben nous productes amb els quals podem amanir els nostres plats amb nous sabors i aromes. A quines esperes per a provar-los?

- Ingredients ECO
- De temporada
- Gastronomia local
- Proteïna vegetal
- Dia susceptible de festiu, consulta amb el teu centre.
- Peix sostenible
- Font d'omega 3
- Suggestiment SOPAR
- Dia menú temàtic



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p> <p>Lechuga, zanahoria, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Lomo en salsa española al horno con salsa de hortalizas Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla Muslo de pollo a la cazadora al horno con salsa de hortalizas Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz Arroz con hortalizas Filete de merluza al vapor Fruta</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas Verduras hervidas con guarnición de arroz Lomo asado Fruta</p>	<p>Sabores de la tierra lechuga, lombarda, maíz Macarrones "sin gluten" italiana con tomate Filete de abadejo a la riojana al horno con salsa de hortalizas Fruta</p>
<p>Lechuga, zanahoria, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Lomo en salsa española al horno con salsa de hortalizas Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Paella de verduras Jamón serrano y queso Fruta</p>	<p>Festivo</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas Crema de zanahoria Pollo en su jugo Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz Macarrones "sin gluten" con tomate y champiñón Rustidera de merluza al horno Fruta</p>
<p>Lechuga, remolacha, pepino Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla Muslo de pollo al chimichurri al horno Fruta</p>	<p>Sabores de la tierra lechuga, lombarda, maíz Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Filete de bacalao al caldo corto Yogur</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz, olivas Verduras hervidas con guarnición de arroz Lomo al horno Fruta</p>	<p>Sabores de la tierra lechuga, lombarda, maíz Arroz con salsa de tomate Muslo de pollo asado Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Crema de calabacín Cazuela de pavo con hortalizas al horno Fruta</p>
<p>Lechuga, zanahoria, olivas Sopa de ave con fideos "sin gluten" Cazuela de magro con ajetes al horno Fruta</p>	<p>Lechuga, zanahoria, pepino, maíz Arroz de otoño con setas Filete de merluza al vapor Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla Lomo asado Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino Macarrones "sin gluten" pomodoro con tomate y hortalizas Salmón a la naranja Fruta</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas Crema de zanahoria Pollo con samfaina al horno con tomate y hortalizas Fruta</p>
<p>Lechuga, remolacha, pepino Crema de verduras campestres Lomo en salsa lionesa de cebolla al horno Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas Fideos "sin gluten" a la cazuela con pescado Jamón serrano y queso Yogur</p>	<p>Lechuga, lombarda, zanahoria, olivas Verduras hervidas con guarnición de arroz Lomo al horno Fruta</p>	<p>Lechuga, remolacha, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Muslo de pollo a la santanderina al horno con salsa de hortalizas Fruta</p>	

De vuelta a la colmena

Sabores de la tierra

Sabías que...

OCTUBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera, caqui, ciruela, nectarina

Consejos saludables

Con la llegada de Octubre nos llegan nuevos productos con los que podemos aderezar nuestros platos con nuevos sabores y aromas. ¿A qué esperas para probarlos?

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

INFORMACIÓ PER A ALÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS: Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

Lletuga, tomaca, safanòria, llombarda

01

Bollit valencià

amb creïlla, safanòria i ceba

Cuixa de pollastre a la caçadora
al forn amb salsa d'hortalisses

Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre, dacsca

02

Arròs amb hortalisses

Filet de lluç al vapor

Fruita

Lletuga, llombarda, olives

03

Verdures bollides amb guarnició d'arròs

Llom torrat

Fruita

Sabors de la terra
Lletuga, llombarda, dacsca

04

Macarrons "sense gluten" italiana

amb tomaca

Filet de abadejo a la riojana
al forn amb salsa d'hortalisses

Fruita

Lletuga, safanòria, olives

07

Sopa d'au amb fideus "sense gluten"

Llom en salsa espanyola
al forn amb salsa d'hortalisses

Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca, olives

08

Paella de verdures

Pernil i formatge

Fruita

Festiu

Lletuga, llombarda, olives

10

Crema de safanòria

Pollastre en el seu suc

Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre, dacsca

11

Macarrons "sense gluten" amb tomaca i xampinyó

Lluç rostit

al forn

Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre

14

Bollit valencià

amb creïlla, safanòria i ceba

Cuixa de pollastre al ximurri
al forn

Fruita

Sabors de la terra
Lletuga, llombarda, dacsca

15

Macarrons "sense gluten" al pesto d'alfàbega
amb tomaca

Filet de bacallà al caldo curt

logurt

Lletuga, safanòria, dacsca, olives

16

Verdures bollides amb guarnició d'arròs

Llom al forn

Fruita

Sabors de la terra
Lletuga, llombarda, dacsca

17

Arròs amb salsa de tomaca

Cuixa de pollastre torrada

Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca

18

Crema de carabasseta

Cassola de titot amb hortalisses
al forn

Fruita

Lletuga, safanòria, olives

21

Sopa d'au amb fideus "sense gluten"

Cassola de magre amb alls tendres
al forn

Fruita

Lletuga, safanòria, cogombre, dacsca

22

Arròs de tardor amb setes

Filet de lluç al vapor

Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, olives

23

Bollit valencià

amb creïlla, safanòria i ceba

Llom torrat

Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre

24

Macarrons "sense gluten" pomodoro
amb tomaca i hortalisses

Salmó a la taronja

Fruita

Lletuga, dacsca, olives

25

Crema de safanòria

Pollastre amb samfaina
amb tomaca i hortalisses

Fruita

Lletuga, remolatxa, cogombre

28

Crema de verdures llauradores

Llom en salsa lionesa
de ceba al forn

Fruita

Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca, olives

29

Fideus "sense gluten" a la cassola amb peix

Pernil i formatge

logurt

Lletuga, llombarda, safanòria, olives

30

Verdures bollides amb guarnició d'arròs

Llom al forn

Fruita

Lletuga, remolatxa, dacsca

31

Sopa d'au amb fideus "sense gluten"

Cuixa de pollastre a la santanderina
al forn amb salsa d'hortalisses

Fruita

De tornada al rusc

Sabors de la terra

Sabies que...

OCTUBRE FRUITA DE TEMPORADA:
Poma, plàtan, pera, caqui, pruna, nectarina

Consells saludables

Amb l'arribada d'octubre ens arriben nous productes amb els quals podem amanir els nostres plats amb nous sabors i aromes. A quines esperes per a provar-los?

Ingredients ECO

Peix sostenible

De temporada

Font d'omega 3

Gastronomia local

Suggeriment SOPAR

Proteïna vegetal

Dia menú temàtic

* Dia susceptible de festiu, consulta amb el teu centre.