

El frío de enero viene fuerte y valiente,
pero siempre tendremos en el comedor un buen plato caliente!

ENERO

GENCUINA 

Lunes

Martes

Miércoles

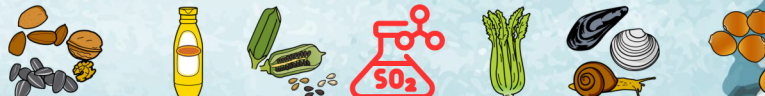
Jueves

Viernes

1-GLUTEN 2-CRUSTÁCEOS 3-HUEVO 4-PESCADO 5-CACAHUETE 6-SOJA 7-LECHE



8-FRUTOS SECOS 9-MOSTAZA 10-SÉSAMO 11-SULFITOS 12-APIO 13-MOLUSCOS 14-ALTRAMUCES



Mézclum, tomate y zanahoria **12**

"Fideuà del senyoret" (1,2,3,4,13)

Entremeses con tosta de pimentón (1,7)

Fruta de temporada

Salmón, patata y pimiento (4)

Ensalada valenciana **13**

Garbanzos con verduras y curry

Revuelto de queso, patata y cebolla (3,7)

Zumo de naranja

Pizza casera de pollo (1,7)

Ensalada con granada, maíz y nueces (8) **14**

Arroz con costillas y ajos tiernos

Tacos de caella enharinados (1,4)

Fruta de temporada

Crema de verduras y pollo

Nachos con guacamole **15**

Sopa de estrellas con verduras (1,3)

Pavo en salsa de hierbas provenzales

Fruta de temporada

Rape al horno con zanahoria (4)

Ensalada con manzana, maíz y pipas. (8) **16**

Pasta integral a la carbonara (1,3,7)

Gallineta en salsa de tomate casera (4)

Yogur natural (7)

Hervido valenciano

Mézclum con zanahoria, tomate y naranja **19**

Espaguetis con boloñesa vegetal (1,3,6)

Tortilla de patatas y calabacín (3)

Fruta de temporada

Hamburguesa de pollo (6,11)

Ensalada con tomate, aceitunas y atún (4) **20**

Alubias con chorizo

Alitas de pollo al horno con romero

Zumo de naranja

Merluza rebozada al horno (1,4)

Ensalada con zanahoria, tomate y pipas (8) **21**

Arroz al horno

Pannini de queso y atún (1,4,7)

Fruta de temporada

Tortilla de patata y cebolla (3)

Hummus y tosta de pimentón (1) **22**

Cous Cous con pollo y verduras (1,3)

Bacalao con salsa de cebolla (4)

Fruta de temporada

Hamburguesa de lentejas (1,3,6)

Ensalada con maíz, nueces y tomate (8) **23**

Guisado de rape y gambas (2,4,13)

Pollo al horno con salsa de setas

Yogur con polvo de galleta (1,6,7)

Revuelto de atún y queso (3,4,7)

Ensalada con tomate, queso y zanahoria (7) **26**

Arroz del "senyoret" (2,4,13)

Fajita de pollo y verduras (1)

Fruta de temporada

Salmón con espárragos (4)

Ensalada con pepino, maíz y atún (4) **27**

Lentejas con arroz integral

Revuelto con atún y cebolla (3,4)

Zumo de naranja

Sopa de pollo y verduras (1,3)

Mézclum con granada, naranja y pipas (8) **28**

Pasta integral boloñesa (1,3)

Merluza gratinada con ajoaceite (3,4)

Fruta de temporada

Chuleta de pavo al horno

Ensalada de patata y pimiento **29**

Guisado de sepia y calamares (2,4,13)

Lomo con chips de boniato

Fruta de temporada

Tortilla de berenjena (3)

Mézclum con tomate, maíz y manzana **30**

Sopa de puchero (1,3)

Carne y verdura del puchero

Yogur con fruta (7)

Merluza con ajo y perejil (4)

*El fred de gener ve fort i valent,
però sempre tindrem en el menjador un bon plat calent!*

GENER

GENCUINA 

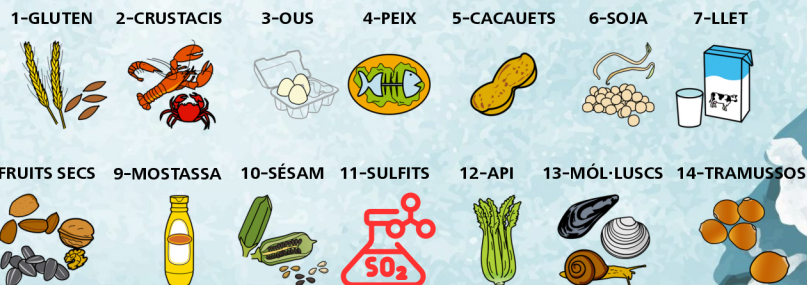
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



Mesclum, tomaca i carlota 12
Fideuà del senyoret (1,2,3,4,13)
Entremesos amb torrada de pebre roig (1,7)
Fruita de temporada
Salmó, creïlla i pimentó (4)

Mesclum amb carlota, tomaca i taronja 19
Espaguetis amb bolonyesa vegetal (1,3,6)
Truita de creïlles i carabasseta (3)
Fruita de temporada
Hamburguesa de pollastre (6,11)

Encisam amb tomaca, formatge i carlota (7) 26
Arròs del senyoret (2,4,13)
"Fajita" de pollastre i verdures (1)
Fruita de temporada
Salmó amb espàrrecs (4)

Amanida valenciana 13
Cigrons amb verdures i curri
Regirat de formatge, creïlla i ceba (3,7)
Suc de taronja
Pizza casolana de pollastre (1,7)

Amanida amb tomaca, olives i tonyina (4) 20
Fesols amb xoriço
Aletes de pollastre al forn amb romer
Suc de taronja
Lluç arrebossat al forn (1,4)

Amanida amb cogombre, dacs i tonyina (4) 27
Llenties amb arròs integral
Regirat amb tonyina i ceba (3,4)
Suc de taronja
Sopa de pollastre i verdures (1,3)

Hummus amb natxos (1,3) 7
Pasta amb salsa de verdures (1,3)
Croquetes de pollastre (1,3,7)
Fruita de temporada
Bacallà al papillote (4)

Encisam amb magrana, dacs i anous (8) 14
Arròs amb costelles i alls tendres
Tacs de caella enfarinats (1,4)
Fruita de temporada
Crema de verdures i pollastre

Encisam amb carlota, tomaca i pipes (8) 21
Arròs al forn
Pannini de formatge i tonyina (1,4,7)
Fruita de temporada
Truita de creïlla i ceba (3)

Mesclum amb magrana, taronja i pipes (8) 28
Pasta integral bolonyesa (1,3)
Lluç gratinat amb all i oli (3,4)
Fruita de temporada
Xulla de titot al forn

Amanida amb carlota, dacs i olives 8
Guisat de mandonguilles
Lluç en salsa Mery (4)
Fruita de temporada
Pollastre i carabasseta al forn

Natxos amb guacamole 15
Sopa d'estreles amb verdures (1,3)
Titot en salsa d'herbes provençals
Fruita de temporada
Rap al forn amb carlota (4)

Hummus i torrada de pebre roig (1) 22
Cous-cous amb pollastre i verdures (1,3)
Bacallà amb salsa de ceba (4)
Fruita de temporada
Hamburguesa de llenties (1,3,6)

Encisam de creïlla i pimentó 29
Guisat de sépia i calamars (2,4,13)
Llom amb xips de moniato
Fruita de temporada
Truita d'albergínia (3)

Encisam amb formatge fresc, tomaca i panses (7,8) 9
Llenties de l'àvia
Truita de creïlla (3)
Fruita de temporada
Albergínia farcida de carn

Amanida amb poma, dacs i pipes. (8) 16
Pasta integral a la carbonara (1,3,7)
Gallineta en salsa de tomaca casolana (4)
logurt natural (7)
Bollit valencià

Amanida amb dacs, anous i tomaca (8) 23
Guisat de rap i gambes (2,4,13)
Pollastre al forn amb salsa de bolets
logurt amb pols de galeta (1,6,7)
Regirat de tonyina i formatge (3,4,7)

Mesclum amb tomaca, dacs i poma 30
Sopa putxero (1,3)
Carn i verdura de putxero
logurt amb fruita (7)
Lluç amb all i julivert (4)