



# CEIP MARIANO BENLLIURE

Abril 2024  
Menú Basal

**Tamar**  
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1	2	3	4	5
FESTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO
8	<p><b>9</b> Kcal 801 Glú 85 Líp 28 Pro 47</p> <p>Pan con aceite</p> <p>Macarrones integrales c tomate, cebolla y atún</p> <p>Filete de merluza con salsa mery</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p><b>10</b> Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41</p> <p>Mezclum, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Sopa de ave con lluvia</p> <p>Pollo al horno con cebolla y patatas</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p><b>11</b> Kcal 832 Glú 87 Líp 36 Pro 39</p> <p>Escarola, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Potaje de garbanzos con hortalizas</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p><b>12</b> Kcal 930 Glú 96 Líp 37 Pro 47</p> <p>Escarola, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Paella de verduras y alcachofas</p> <p>Rollito de york y queso</p> <p>Postre Lácteo Pan</p>
NO LECTIVO				
15	<p><b>16</b> Kcal 832 Glú 85 Líp 35 Pro 40</p> <p>Escarola, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Guisado marinero con patatas</p> <p>Huevos a la flamenca</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p><b>17</b> Kcal 749 Glú 83 Líp 25 Pro 43</p> <p>Lechuga, tomate, maíz y naranja</p> <p>Lentejas con arroz integral y hortalizas ECO</p> <p>Abadejo al horno a la gallega con ajitos</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p><b>18</b> Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41</p> <p>Mezclum, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido</p> <p>Postre Fruta ECO Pan</p>	<p><b>19</b> Kcal 825 Glú 90 Líp 31 Pro 41</p> <p>Humus de garbanzos con pimentón</p> <p>Ensalada valenciana completa con naranja</p> <p>Arroz al horno</p> <p>Postre Lácteo Pan</p>
22	<p><b>23</b> Kcal 894 Glú 92 Líp 37 Pro 42</p> <p>JORNADA GASTRONÓMICA</p> <p>Pincho de tortilla de patata con pan y tomate</p> <p>Fideuà</p> <p>Postre Lácteo Pan</p>	<p><b>24</b> Kcal 797 Glú 91 Líp 31 Pro 33</p> <p>Mezclum, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Guisado de albóndigas con guisantes y patatas</p> <p>Dore de merluza al horno</p> <p>Postre Fruta Pan integral</p>	<p><b>25</b> Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41</p> <p>Escarola, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Sopa maravilla de ave</p> <p>Pollo a la cazadora</p> <p>Postre Fruta Pan</p>	<p><b>26</b> Kcal 904 Glú 89 Líp 36 Pro 50</p> <p>Iceberg, maíz, tomate y zanahoria</p> <p>Arroz a la cubana</p> <p>Longanizas de magro al horno</p> <p>Postre Fruta Pan</p>
29	<p><b>30</b> Kcal 680 Glú 77 Líp 25 Pro 40</p> <p>Escarola, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>Crema de alubias blancas y hortalizas</p> <p>Lomo adobado con pisto</p> <p>Postre Fruta Pan</p>			

## RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA

CENA



# CEIP MARIANO BENLLIURE

Abril 2024  
Menú Basal

**Tamar**  
RESTAURACIÓN & CATERING

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1	2	3	4	5
FESTIU	NO LECTIU	NO LECTIU	NO LECTIU	NO LECTIU
8	9	10	11	12
NO LECTIU	Kcal 801 Glú 85 Líp 28 Pro 47 Pa amb oli Macarrons integrals, tomata, ceba, tonyina Filet de lluç en salsa mery <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Mesclum, tomata, dacsà y carlota Sopa d'au amb plutja Pollastre al forn amb ceba i creïlles <b>Postre</b> Fruita <b>Pa integral</b>	Kcal 832 Glú 87 Líp 36 Pro 39 Escaròla, tomata, dacsà i carlota Potaje de cigrons amb hortalisses Truita francesa <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 930 Glú 96 Líp 37 Pro 47 Escaròla, tomata, dacsà i carlota Paella de verdures i carxofes Rellom de pernil dolç i formatge <b>Postre</b> Lacti <b>Pa</b>
15	16	17	18	19
Kcal 773 Glú 84 Líp 32 Pro 32 Escaròla, tomata, dacsà i carlota Espaguetis carbonara Nuggets de bròcoli <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 832 Glú 85 Líp 35 Pro 40 Mesclum, tomata, dacsà y carlota Guisat mariner amb creïlles Ous a la flamenca <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 749 Glú 83 Líp 25 Pro 43 Enciam, tomata, dacsà i taronja Llentilles amb arròs integral i hortalisses ECO Abadejo al forn a la gallega amb allets <b>Postre</b> Fruita <b>Pa integral</b>	Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Mesclum, tomata, dacsà y carlota Sopa de putxero Putxero <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 825 Glú 90 Líp 31 Pro 41 Hummus de cigrons amb pimentó Amanida valenciana completa amb taronja Arròs al forn <b>Postre</b> Lacti <b>Pa</b>
22	23	24	25	26
Kcal 719 Glú 86 Líp 25 Pro 34 Iceberg, tomata, carlota i olives Crema de llegums i hortalisses ECO Pizza de pernil dolç i formatge <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 894 Glú 92 Líp 37 Pro 42 JORNADA GASTRONÓMICA "Pintxo" de truita de creïlles amb pa i tomata Fideuà <b>Postre</b> Lacti <b>Pa</b>	Kcal 797 Glú 91 Líp 31 Pro 33 Mesclum, tomata, dacsà y carlota Guisat de mandonguilles amb pesòls i creïlles Dore de lluç al forn <b>Postre</b> Fruita <b>Pa integral</b>	Kcal 701 Glú 78 Líp 23 Pro 41 Escaròla, tomata, dacsà i carlota Sopa maravella d'au Pollastre a la caçadora <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>	Kcal 904 Glú 89 Líp 36 Pro 50 Iceberg, tomata, dacsà i carlota Arròs a la cubana Llonganisses de magre casolanes al forn <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>
29	30			
Kcal 784 Glú 87 Líp 27 Pro 43 Enciam, tomata, dacsà i taronja Macarrons integrals a la sorrentina Hamburguesa de col i sèsam <b>Postre</b> Fruita ECO <b>Pa</b>	Kcal 680 Glú 77 Líp 25 Pro 40 Escaròla, tomata, dacsà i carlota Crema de fesols blancs i hortalisses Llom adobat amb samfaina <b>Postre</b> Fruita <b>Pa</b>			

## RECOMANACIONS DE SOPAR



902 103 478 Atenció al client

www.tamar.es



DINAR

SOPAR