

CEIP PIO XII

pio_xii
367_pio_xii

Juny - 2023 MENU CATERING PIO XXII

FRUITES DE TEMPORADA:

Meló, Meló d'Alger
Nectarí, Bresquilla
Albercoc, Banana
Pera, Pruna

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1323

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassat (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisat per la nutricionista col·legiada Laura Guillem, Núm. CV00275
Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.
L'avaluació nutricional està basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la normativa vigent en cada comunitat.
La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre.

Menú	Plat	Ingredients	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	E	Amanida fresca ecològica	765,70	26,48g	285,92mg	4,08mg	68,25g	43,36g
	1º	Crema de verdures de temporada P/ECO amb tostons						
	2º	Delícies de pollastre amb creïlles						
	P	Iogurt Artesà						
S	Carxofes saltejades Peix blanc /Fruita							
2	E	Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, raves	841,82	40,37g	409,26mg	6,62mg	118,71g	41,53g
	1º	Pasta amb tonyina, tomaca i formatge						
	2º	Truita francesa amb formatge						
	P	Fruita ECO						
S	Panolla amb sal Carn blanca /Fruita							
5	E	Fulles verdes, tomaca, olives i verat	817,61	47,24g	153,91mg	10,08mg	70,74g	38,36g
	1º	Llenties a l'hortolana						
	2º	Llonganisses amb tomaca						
	P	Fruita						
S	Wok de verdures Ou /Fruita							
6	E	Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, cogombre	776,12	34,18g	366,61mg	4,80mg	105,01g	26,52g
	1º	Espaguetis integrals al "portobello" amb formatge						
	2º	Lluç a la provençal amb pebrots salats						
	P	Fruita						
S	Amanida de tomata i alvocat Carn magra de porc /Fruita							
7	E	Amanida fresca ecològica	911,95	52,19g	245,90mg	11,03mg	98,69g	37,58g
	1º	Sopa d'olla (vedella, porc, au) amb verdures ECO						
	2º	Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb patates grill						
	P	Fruita						
S	Coliflor gratinada Peix blau /Fruita							
8	E	Amanida fresca ecològica	939,61	40,79g	260,08mg	5,69mg	110,89g	37,20g
	1º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)						
	2º	Aladrocs en tempura (Infantil: Suprema de lluç) amb amanida						
	P	Lacti						
S	Bajoqueta saltejada Sandvitx vegetal /Fruita							
9	E	Hummus de garbanzos con nachos	873,80	31,77g	113,03mg	7,09mg	99,65g	67,96g
	1º	Crema de verdures de temporada amb tostons						
	2º	Llom al forn amb cous cous						
	P	Fruita ECO						
S	Carabasseta a la planxa Hamburguesa de llegums /Fruita							
12	E	Encisam, tomaca, espàrrecs, dacsca, carlota	792,34	33,11g	263,38mg	5,25mg	102,24g	29,65g
	1º	carrons a la genovesa (xampinyó, bacon, tomaca i formatge)						
	2º	Bacallà a la "koskera"						
	P	Fruita						
S	Gaspatxo Carn d'au /Fruita							
13	E	Encisam, tomaca, dacsca, poma	836,90	41,43g	194,67mg	5,77mg	82,63g	37,99g
	1º	Guisat de sépia amb creïlles, péssols i carlota						
	2º	Pizza mixta						
	P	Fruita						
S	Tajin de Verdures Mandonguilles vegetals /Fruita							
14	E	Encisam, espinacs, tomaca i formatge	836,90	41,43g	194,67mg	5,77mg	82,63g	37,99g
	1º	Arròs tres delícies						
	2º	Salmó a la planxa amb fesols tendres estofats						
	P	Fruita						
S	Espàrrecs amb pernil Truita de ceba /Fruita							
15	E	Amanida fresca ecològica	814,50	37,29g	231,20mg	6,66mg	88,59g	35,96g
	1º	Crema de fesols amb verdures P/ECO amb tostons						
	2º	Aletes de pollastre bbq (Infantil: Rellom) amb dacsca saltejada						
	P	Gelat						
S	Cous cous amb especes Peix blau /Fruita							
16	E	Gaspatxo andalús	754,31	33,01g	175,78mg	6,47mg	133,45g	30,83g
	1º	Ensalada de creïlla i maionesa (Infantil: York i formatge)						
	2º	Fideuà de peix i marisc (fons de llotja)						
	P	Fruita ECO						
S	Verdures saltejades amb arròs Carn blanca /Fruita							
19	E	Fulles verdes, tomaca, dacsca, carlota i soja	746,37	34,14g	460,50mg	9,56mg	101,07g	23,07g
	1º	Cigrons amb verdures						
	2º	Truita de creïlla amb formatge						
	P	Fruita						
S	Broquetes de verdures Pizza casolana de verdures fresques de							
20	E	Crema freda de meló	851,69	44,85g	570,36mg	6,01mg	124,11g	38,29g
	1º	Pasta a la italiana amb tomaca i formatge						
	2º	Lluç al forn amb bròquil						
	P	Fruita ECO						
S	Tosta d'hummus Carn d'au /Fruita							
21	E	Amanida tropical	752,69	37,20g	379,94mg	7,05mg	95,92g	27,88g
	1º	Sopa d'olla especial (vedella, porc, au) amb verdures ECO						
	2º	Hamburguesa completa (Infantil: H. planxa) amb creïlles al pebre						
	P	Lacti						
S	Wok de verdures Peix al papillote /Fruita							
22	E	Menú Especial FI de Curs Amanida capresse	960,85	62,48g	364,12mg	4,53mg	173,77g	55,95g
	1º	Calamars enfarinats						
	2º	Paella valenciana amb pollastre de camp						
	P	Postre especial						
S	Amanida completa Regirat de faves amb pernil /Fruita							

CEIP PIO XII

pio_xii
367_pio_xii

Junio - 2023 MENU CATERING PIO XXII

FRUTAS DE TEMPORADA:

Melón, Sandía
Nectarina, Melocotón
Albaricoque, Banana
Pera, Ciruela

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1323

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías etc. La evaluación nutricional está basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro.

<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>1</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Crema de verduras de temporada P/ECO con tostones</td><td>765,70</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Delicias de pollo rebozadas con patatas</td><td>26,48g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Yogur Artesano</td><td>285,92mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Alcachofas salteadas</td><td>4,08mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado blanco /Fruta</td><td>68,25g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>43,36g</td></tr> </table>	1	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Crema de verduras de temporada P/ECO con tostones	765,70		2º	Delicias de pollo rebozadas con patatas	26,48g		P	Yogur Artesano	285,92mg			Alcachofas salteadas	4,08mg			Pescado blanco /Fruta	68,25g				43,36g	<table border="1"> <tr><td>2</td><td>E</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, rábanos</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Pasta con atún, tomate y queso</td><td>841,82</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla francesa con queso</td><td>40,37g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>409,26mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td>6,62mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td>118,71g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>41,53g</td></tr> </table>	2	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, rábanos	KCAL		1º	Pasta con atún, tomate y queso	841,82		2º	Tortilla francesa con queso	40,37g		P	Fruta ECO	409,26mg			Mazorca de maíz con sal	6,62mg			Carne blanca /Fruta	118,71g				41,53g																														
E		KCAL																																																																																																																																														
1º		PROT																																																																																																																																														
2º		CA																																																																																																																																														
P		FE																																																																																																																																														
		HDC																																																																																																																																														
		LIP																																																																																																																																														
E		KCAL																																																																																																																																														
1º		PROT																																																																																																																																														
2º		CA																																																																																																																																														
P		FE																																																																																																																																														
		HDC																																																																																																																																														
		LIP																																																																																																																																														
E		KCAL																																																																																																																																														
1º		PROT																																																																																																																																														
2º		CA																																																																																																																																														
P		FE																																																																																																																																														
		HDC																																																																																																																																														
		LIP																																																																																																																																														
1	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Crema de verduras de temporada P/ECO con tostones	765,70																																																																																																																																													
	2º	Delicias de pollo rebozadas con patatas	26,48g																																																																																																																																													
	P	Yogur Artesano	285,92mg																																																																																																																																													
		Alcachofas salteadas	4,08mg																																																																																																																																													
		Pescado blanco /Fruta	68,25g																																																																																																																																													
			43,36g																																																																																																																																													
2	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, rábanos	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Pasta con atún, tomate y queso	841,82																																																																																																																																													
	2º	Tortilla francesa con queso	40,37g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	409,26mg																																																																																																																																													
		Mazorca de maíz con sal	6,62mg																																																																																																																																													
		Carne blanca /Fruta	118,71g																																																																																																																																													
			41,53g																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>5</td><td>E</td><td>Hojas verdes, tomate, aceitunas y caballa</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Lentejas a la hortelana</td><td>817,61</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Longanizas con tomate</td><td>47,24g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>153,91mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Wok de verduras</td><td>10,08mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Huevo /Fruta</td><td>70,74g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>38,36g</td></tr> </table>	5	E	Hojas verdes, tomate, aceitunas y caballa	KCAL		1º	Lentejas a la hortelana	817,61		2º	Longanizas con tomate	47,24g		P	Fruta	153,91mg			Wok de verduras	10,08mg			Huevo /Fruta	70,74g				38,36g	<table border="1"> <tr><td>6</td><td>E</td><td>Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Espaguetis integrales a lo portobello con queso</td><td>917,12</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Merluza a la provenzal con pimientos salteados</td><td>34,18g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>366,61mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Ensalada de tomate y aguacate</td><td>4,80mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne magra de cerdo /Fruta</td><td>105,01g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>26,52g</td></tr> </table>	6	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino	KCAL		1º	Espaguetis integrales a lo portobello con queso	917,12		2º	Merluza a la provenzal con pimientos salteados	34,18g		P	Fruta	366,61mg			Ensalada de tomate y aguacate	4,80mg			Carne magra de cerdo /Fruta	105,01g				26,52g	<table border="1"> <tr><td>7</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO</td><td>911,95</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas gajo</td><td>52,19g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>245,90mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Coliflor gratinada</td><td>11,03mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>98,69g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>37,58g</td></tr> </table>	7	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO	911,95		2º	Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas gajo	52,19g		P	Fruta	245,90mg			Coliflor gratinada	11,03mg			Pescado azul /Fruta	98,69g				37,58g	<table border="1"> <tr><td>8</td><td>E</td><td>Gazpacho de sandía</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>939,61</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Boquerón en tempura (Infantil: Suprema de merluza) con ensalada</td><td>40,79g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Lácteo</td><td>260,08mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Judías verdes salteadas</td><td>5,69mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Sandwich vegetal /Fruta</td><td>110,89g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>37,20g</td></tr> </table>	8	E	Gazpacho de sandía	KCAL		1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	939,61		2º	Boquerón en tempura (Infantil: Suprema de merluza) con ensalada	40,79g		P	Lácteo	260,08mg			Judías verdes salteadas	5,69mg			Sandwich vegetal /Fruta	110,89g				37,20g	<table border="1"> <tr><td>9</td><td>E</td><td>Hummus de garbanzos con nachos</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Crema de verduras de temporada con tostones</td><td>873,80</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Lomo al horno con cous cous</td><td>31,77g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>113,03mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Calabacín a la plancha</td><td>7,09mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Hamburguesa de legumbres /Fruta</td><td>99,65g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>67,96g</td></tr> </table>	9	E	Hummus de garbanzos con nachos	KCAL		1º	Crema de verduras de temporada con tostones	873,80		2º	Lomo al horno con cous cous	31,77g		P	Fruta ECO	113,03mg			Calabacín a la plancha	7,09mg			Hamburguesa de legumbres /Fruta	99,65g				67,96g
5	E	Hojas verdes, tomate, aceitunas y caballa	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Lentejas a la hortelana	817,61																																																																																																																																													
	2º	Longanizas con tomate	47,24g																																																																																																																																													
	P	Fruta	153,91mg																																																																																																																																													
		Wok de verduras	10,08mg																																																																																																																																													
		Huevo /Fruta	70,74g																																																																																																																																													
			38,36g																																																																																																																																													
6	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Espaguetis integrales a lo portobello con queso	917,12																																																																																																																																													
	2º	Merluza a la provenzal con pimientos salteados	34,18g																																																																																																																																													
	P	Fruta	366,61mg																																																																																																																																													
		Ensalada de tomate y aguacate	4,80mg																																																																																																																																													
		Carne magra de cerdo /Fruta	105,01g																																																																																																																																													
			26,52g																																																																																																																																													
7	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO	911,95																																																																																																																																													
	2º	Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas gajo	52,19g																																																																																																																																													
	P	Fruta	245,90mg																																																																																																																																													
		Coliflor gratinada	11,03mg																																																																																																																																													
		Pescado azul /Fruta	98,69g																																																																																																																																													
			37,58g																																																																																																																																													
8	E	Gazpacho de sandía	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	939,61																																																																																																																																													
	2º	Boquerón en tempura (Infantil: Suprema de merluza) con ensalada	40,79g																																																																																																																																													
	P	Lácteo	260,08mg																																																																																																																																													
		Judías verdes salteadas	5,69mg																																																																																																																																													
		Sandwich vegetal /Fruta	110,89g																																																																																																																																													
			37,20g																																																																																																																																													
9	E	Hummus de garbanzos con nachos	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Crema de verduras de temporada con tostones	873,80																																																																																																																																													
	2º	Lomo al horno con cous cous	31,77g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	113,03mg																																																																																																																																													
		Calabacín a la plancha	7,09mg																																																																																																																																													
		Hamburguesa de legumbres /Fruta	99,65g																																																																																																																																													
			67,96g																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>12</td><td>E</td><td>Lechuga, tomate, espárragos, maíz, zanahoria</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Macarrones a la genovesa (champiñón, bacón, tomate y queso)</td><td>792,34</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Bacalao a la koskera</td><td>33,11g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>263,38mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Gazpacho</td><td>5,25mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>102,24g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>29,65g</td></tr> </table>	12	E	Lechuga, tomate, espárragos, maíz, zanahoria	KCAL		1º	Macarrones a la genovesa (champiñón, bacón, tomate y queso)	792,34		2º	Bacalao a la koskera	33,11g		P	Fruta	263,38mg			Gazpacho	5,25mg			Carne de ave /Fruta	102,24g				29,65g	<table border="1"> <tr><td>13</td><td>E</td><td>Lechuga, tomate, maíz, manzana</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Guisado de sepia con patatas, guisantes y zanahoria</td><td>872,84</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Pizza mixta</td><td>33,53g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>220,58mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Tajin de Verduras</td><td>5,82mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Albóndigas vegetales /Fruta</td><td>119,87g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>29,24g</td></tr> </table>	13	E	Lechuga, tomate, maíz, manzana	KCAL		1º	Guisado de sepia con patatas, guisantes y zanahoria	872,84		2º	Pizza mixta	33,53g		P	Fruta	220,58mg			Tajin de Verduras	5,82mg			Albóndigas vegetales /Fruta	119,87g				29,24g	<table border="1"> <tr><td>14</td><td>E</td><td>Lechuga, espinacas, tomate y queso</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Arroz tres delicias</td><td>836,90</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Salmón a la plancha con judías verdes estofadas</td><td>41,43g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>194,67mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Espárragos con jamón</td><td>5,77mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Tortilla de cebolla /Fruta</td><td>82,63g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>37,99g</td></tr> </table>	14	E	Lechuga, espinacas, tomate y queso	KCAL		1º	Arroz tres delicias	836,90		2º	Salmón a la plancha con judías verdes estofadas	41,43g		P	Fruta	194,67mg			Espárragos con jamón	5,77mg			Tortilla de cebolla /Fruta	82,63g				37,99g	<table border="1"> <tr><td>15</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Crema de alubias con verduras P/ECO con tostones</td><td>814,50</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Alitas de pollo bbq (Infantil: Solomillo) con maíz salteado</td><td>37,29g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Helado</td><td>231,20mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Cous cous con especias</td><td>6,66mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>88,59g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>35,96g</td></tr> </table>	15	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Crema de alubias con verduras P/ECO con tostones	814,50		2º	Alitas de pollo bbq (Infantil: Solomillo) con maíz salteado	37,29g		P	Helado	231,20mg			Cous cous con especias	6,66mg			Pescado azul /Fruta	88,59g				35,96g	<table border="1"> <tr><td>16</td><td>E</td><td>Gazpacho andaluz</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Ensaladilla (Infantil: York y queso)</td><td>754,31</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)</td><td>33,01g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>175,78mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Verduras salteadas con arroz</td><td>133,45g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne blanca /Fruta</td><td>30,83g</td></tr> </table>	16	E	Gazpacho andaluz	KCAL		1º	Ensaladilla (Infantil: York y queso)	754,31		2º	Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)	33,01g		P	Fruta ECO	175,78mg			Verduras salteadas con arroz	133,45g			Carne blanca /Fruta	30,83g				
12	E	Lechuga, tomate, espárragos, maíz, zanahoria	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Macarrones a la genovesa (champiñón, bacón, tomate y queso)	792,34																																																																																																																																													
	2º	Bacalao a la koskera	33,11g																																																																																																																																													
	P	Fruta	263,38mg																																																																																																																																													
		Gazpacho	5,25mg																																																																																																																																													
		Carne de ave /Fruta	102,24g																																																																																																																																													
			29,65g																																																																																																																																													
13	E	Lechuga, tomate, maíz, manzana	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Guisado de sepia con patatas, guisantes y zanahoria	872,84																																																																																																																																													
	2º	Pizza mixta	33,53g																																																																																																																																													
	P	Fruta	220,58mg																																																																																																																																													
		Tajin de Verduras	5,82mg																																																																																																																																													
		Albóndigas vegetales /Fruta	119,87g																																																																																																																																													
			29,24g																																																																																																																																													
14	E	Lechuga, espinacas, tomate y queso	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Arroz tres delicias	836,90																																																																																																																																													
	2º	Salmón a la plancha con judías verdes estofadas	41,43g																																																																																																																																													
	P	Fruta	194,67mg																																																																																																																																													
		Espárragos con jamón	5,77mg																																																																																																																																													
		Tortilla de cebolla /Fruta	82,63g																																																																																																																																													
			37,99g																																																																																																																																													
15	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Crema de alubias con verduras P/ECO con tostones	814,50																																																																																																																																													
	2º	Alitas de pollo bbq (Infantil: Solomillo) con maíz salteado	37,29g																																																																																																																																													
	P	Helado	231,20mg																																																																																																																																													
		Cous cous con especias	6,66mg																																																																																																																																													
		Pescado azul /Fruta	88,59g																																																																																																																																													
			35,96g																																																																																																																																													
16	E	Gazpacho andaluz	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Ensaladilla (Infantil: York y queso)	754,31																																																																																																																																													
	2º	Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)	33,01g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	175,78mg																																																																																																																																													
		Verduras salteadas con arroz	133,45g																																																																																																																																													
		Carne blanca /Fruta	30,83g																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>19</td><td>E</td><td>Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria y soja</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Garbanzos con verduras</td><td>746,37</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla de patata con queso</td><td>34,14g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>460,50mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Brochetas de verduras</td><td>9,56mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pizza casera de verduras frescas de temporada</td><td>101,07g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>23,07g</td></tr> </table>	19	E	Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria y soja	KCAL		1º	Garbanzos con verduras	746,37		2º	Tortilla de patata con queso	34,14g		P	Fruta	460,50mg			Brochetas de verduras	9,56mg			Pizza casera de verduras frescas de temporada	101,07g				23,07g	<table border="1"> <tr><td>20</td><td>E</td><td>Crema fría de melón</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Pasta a la italiana con tomate y queso</td><td>851,69</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Merluza al horno con brócoli</td><td>44,85g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>570,36mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Tosta de hummus</td><td>6,01mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>124,11g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>38,29g</td></tr> </table>	20	E	Crema fría de melón	KCAL		1º	Pasta a la italiana con tomate y queso	851,69		2º	Merluza al horno con brócoli	44,85g		P	Fruta ECO	570,36mg			Tosta de hummus	6,01mg			Carne de ave /Fruta	124,11g				38,29g	<table border="1"> <tr><td>21</td><td>E</td><td>Ensalada Tropical</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa de cocido especial (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO</td><td>752,69</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Hamburguesa completa (Infantil: H. plancha) con patatas al pimentón</td><td>37,20g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Lácteo</td><td>379,94mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Wok de verduras</td><td>5,77mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado al papillote /Fruta</td><td>95,92g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>27,88g</td></tr> </table>	21	E	Ensalada Tropical	KCAL		1º	Sopa de cocido especial (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO	752,69		2º	Hamburguesa completa (Infantil: H. plancha) con patatas al pimentón	37,20g		P	Lácteo	379,94mg			Wok de verduras	5,77mg			Pescado al papillote /Fruta	95,92g				27,88g	<table border="1"> <tr><td>22</td><td>E</td><td>Menú Especial Fin de Curso</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Ensalada capresse</td><td>960,85</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Paella valenciana con pollo de campo</td><td>62,48g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Postre especial</td><td>364,12mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Ensalada completa</td><td>4,53mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Revuelto de habas con jamón /Fruta</td><td>173,77g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>55,95g</td></tr> </table>	22	E	Menú Especial Fin de Curso	KCAL		1º	Ensalada capresse	960,85		2º	Paella valenciana con pollo de campo	62,48g		P	Postre especial	364,12mg			Ensalada completa	4,53mg			Revuelto de habas con jamón /Fruta	173,77g				55,95g	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP										
19	E	Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria y soja	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Garbanzos con verduras	746,37																																																																																																																																													
	2º	Tortilla de patata con queso	34,14g																																																																																																																																													
	P	Fruta	460,50mg																																																																																																																																													
		Brochetas de verduras	9,56mg																																																																																																																																													
		Pizza casera de verduras frescas de temporada	101,07g																																																																																																																																													
			23,07g																																																																																																																																													
20	E	Crema fría de melón	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Pasta a la italiana con tomate y queso	851,69																																																																																																																																													
	2º	Merluza al horno con brócoli	44,85g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	570,36mg																																																																																																																																													
		Tosta de hummus	6,01mg																																																																																																																																													
		Carne de ave /Fruta	124,11g																																																																																																																																													
			38,29g																																																																																																																																													
21	E	Ensalada Tropical	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Sopa de cocido especial (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO	752,69																																																																																																																																													
	2º	Hamburguesa completa (Infantil: H. plancha) con patatas al pimentón	37,20g																																																																																																																																													
	P	Lácteo	379,94mg																																																																																																																																													
		Wok de verduras	5,77mg																																																																																																																																													
		Pescado al papillote /Fruta	95,92g																																																																																																																																													
			27,88g																																																																																																																																													
22	E	Menú Especial Fin de Curso	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Ensalada capresse	960,85																																																																																																																																													
	2º	Paella valenciana con pollo de campo	62,48g																																																																																																																																													
	P	Postre especial	364,12mg																																																																																																																																													
		Ensalada completa	4,53mg																																																																																																																																													
		Revuelto de habas con jamón /Fruta	173,77g																																																																																																																																													
			55,95g																																																																																																																																													
E		KCAL																																																																																																																																														
1º		PROT																																																																																																																																														
2º		CA																																																																																																																																														
P		FE																																																																																																																																														
		HDC																																																																																																																																														
		LIP																																																																																																																																														