

NOVIEMBRE/NOVEMBRE 2015

Las propuestas de menú de IRCO han sido revisadas y valoradas por el Área de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Valencia

MENU CATERING



JUNES / DILLUNS

MARTES / DIMARTS

MIERCOLES / DIMECRES

JOVES / DIVING

VIERNES / DIVENDRES

2	Sopa de ave con fideos (de carne con gallina, hueso de jamón, garbanzos y huevo) Sopa d'au amb fideus	3	Arroz al horno (con costilla de cerdo, embutido y garbanzos) Arros al forn	4	Espaguetis con tomate y CALABACIN ECOLÓGICO Espaguetis amb tomata i CARABASSETA ECOLÒGICA	5	Lentijas estofadas (con chorizo y hueso de jamón) Lentilles estofades		
1	Hamburguesa mixta (ternera y cerdo) al horno con pisto (con tomate y hortalizas) Hamburguesa mixta al forn amb samfaina	2	Patatas marinera (con calamar, merluza, gamba y mejillón) Crevilles marinera	3	Arroz al horno (con costilla de cerdo, embutido y garbanzos) Arros al forn	4	Espaguetis con tomate y CALABACIN ECOLÓGICO Espaguetis amb tomata i CARABASSETA ECOLÒGICA	5	Lentijas estofadas (con chorizo y hueso de jamón) Lentilles estofades
2	Sopa de ave con fideos (de carne con gallina, hueso de jamón, garbanzos y huevo) Sopa d'au amb fideus	3	Arroz al horno (con costilla de cerdo, embutido y garbanzos) Arros al forn	4	Espaguetis con tomate y CALABACIN ECOLÓGICO Espaguetis amb tomata i CARABASSETA ECOLÒGICA	5	Lentijas estofadas (con chorizo y hueso de jamón) Lentilles estofades	6	Tortilla de atún Truita de tonyina

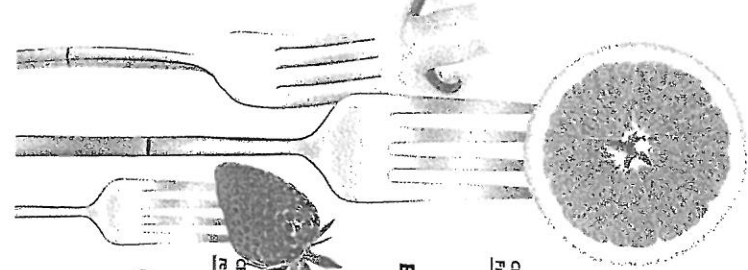
9	Crema de verduras naturales con queso Lomo adobado en salsa española con judías verdes (al horno con hortalizas) Llometlo adobat en salsa espanyola amb bajiocs	10	Arroz con tomate y huevo duro Arros amb tomata i ou dur	11	Pizza IRCO Pizza IRCO	12	Fideos a la cazuela con pollo Fideus a la cassola amb pollastre
10	Crema de verduras naturales con queso Lomo adobado en salsa española con judías verdes (al horno con hortalizas) Llometlo adobat en salsa espanyola amb bajiocs	11	Arroz con tomate y huevo duro Arros amb tomata i ou dur	12	Pizza IRCO Pizza IRCO	13	Fideos a la cazuela con pollo Fideus a la cassola amb pollastre
11	Crema de verduras naturales con queso Lomo adobado en salsa española con judías verdes (al horno con hortalizas) Llometlo adobat en salsa espanyola amb bajiocs	12	Arroz con tomate y huevo duro Arros amb tomata i ou dur	13	Pizza IRCO Pizza IRCO	14	Fideos a la cazuela con pollo Fideus a la cassola amb pollastre

16	Sopa de picaadillo con letras (de carne con gallina, hueso de jamón, garbanzo y huevo) Sopa de picaada amb lletres	17	Lentijas a la jardinera (con hortalizas) Llentilles a la jardinera	18	Tallarines con bacón y Champiñón Tallarins amb bacó i xampinyó	19	Crema parmentiere con queso (con patata y puerro) Crema de creïlles i porro amb formatge
17	Sopa de picaadillo con letras (de carne con gallina, hueso de jamón, garbanzo y huevo) Sopa de picaada amb lletres	18	Lentijas a la jardinera (con hortalizas) Llentilles a la jardinera	19	Tallarines con bacón y Champiñón Tallarins amb bacó i xampinyó	20	Crema parmentiere con queso (con patata y puerro) Crema de creïlles i porro amb formatge
18	Sopa de picaadillo con letras (de carne con gallina, hueso de jamón, garbanzo y huevo) Sopa de picaada amb lletres	19	Lentijas a la jardinera (con hortalizas) Llentilles a la jardinera	20	Crema parmentiere con queso (con patata y puerro) Crema de creïlles i porro amb formatge	21	Abondigas a la santanderina con ZANAHORIA BABY ECOLÓGICA Abundigues a la santanderina amb SAFANHORIA BABY ECOLÒGICA

23	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	24	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	25	Bacalao a la extremeña (al horno con hortalizas, jamón serrano y especias) Bacallao a la extremeña (al forn amb hortalitzas, jamon serrano i especias)	26	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc
24	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	25	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	26	Bacalao a la extremeña (al horno con hortalizas, jamón serrano y especias) Bacallao a la extremeña (al forn amb hortalitzas, jamon serrano i especias)	27	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc
25	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	26	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	27	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc	28	Longanizas ilionesa (de cerdo al horno con salsa de cebolla) Llonganitzes amb ceba

23	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	24	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	25	Bacalao a la extremeña (al horno con hortalizas, jamón serrano y especias) Bacallao a la extremeña (al forn amb hortalitzas, jamon serrano i especias)	26	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc
24	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	25	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	26	Bacalao a la extremeña (al horno con hortalizas, jamón serrano y especias) Bacallao a la extremeña (al forn amb hortalitzas, jamon serrano i especias)	27	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc
25	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	26	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	27	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc	28	Longanizas ilionesa (de cerdo al horno con salsa de cebolla) Llonganitzes amb ceba

23	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	24	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	25	Bacalao a la extremeña (al horno con hortalizas, jamón serrano y especias) Bacallao a la extremeña (al forn amb hortalitzas, jamon serrano i especias)	26	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc
24	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	25	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	26	Bacalao a la extremeña (al horno con hortalizas, jamón serrano y especias) Bacallao a la extremeña (al forn amb hortalitzas, jamon serrano i especias)	27	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc
25	Estofado de patatas con ternera Estofat de creïlles amb vedella	26	Arroz milanesa (con magro de cerdo y flambé de york) Arros milanesa	27	Fideuà de marisco (con merluza, calamar, gamba y mejillón) Fideuà de marisc	28	Longanizas ilionesa (de cerdo al horno con salsa de cebolla) Llonganitzes amb ceba



30 Fruta de temporada que se sirve durante el mes de noviembre: mandarina, manzana, caqui, persimón, pera y plátano

INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: ESTE MENÚ NO ES APTO PARA PERSONAS QUE PADECEN ALERGIAS O INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS YA QUE CONTIENE LOS ALÉRGICOS MÁS COMUNES EN LA POBLACIÓN (VE 1169/2011, Anexo III, INFORME A LA DIRECCIÓN DEL CONSUMIDOR, 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 INGREDIENTES QUE COMPONEN LOS PLATOS SERVIDOS. Las comidas servidas para escolares, pueden incluir alimentos/s que causan alergia y/o intolerancia alimentaria que son menos comunes en la población (por ejemplo: alergia a una hortaliza como el pepinillo, etc.). Pueden presentarse tartas como alimentos existen. La planificación de