

MENÚ COMEDOR, JUNIO 2018

VIERNES / DIVENDRES 1				
Arroz con tomate Longaniza con patata asada Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas Fruta del tiempo				
Arròs amb tomaca Llonganissa amb creïlla rostida Amanida d'encisam, dacsà , carlota i olives Fruita del temps				
Cena rec./ Sopar recom.: Hervido valenciano y pavo. Yogur/ Bullit valencià i titot. Iogurt				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	660,54	21,52 g	81,66 g	31,3 g
9-14	823,72	29,78 g	102,78 g	41,84 g

LUNES / DILLUNS 4	MARTES / DIMARTS 5	MIÉRCOLES / DIMECRES 6	JUEVES / DIJOUS 7	VIERNES / DIVENDRES 8
Crema de verduras con alubias Surfers de merluza con guisantes y zanahorias salteados Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y queso Fruta del tiempo	Macarrones con tomate y atún Tortilla española de patata y cebolla Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y remolacha Fruta del tiempo	Sopa de ave con maravilla y garbanzos Jamoncitos de pollo con palomitas Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y jamón york Helado y fruta	Arroz con verduras Bacalao con salsa marinera Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pipas de girasol Postre lácteo	Lentejas con verduras Hamburguesa mixta con tomate Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, atún y aceitunas Fruta del tiempo
Crema de verduras ab fesols Surfers de lluç amb pésols i carlotes saltats Amanida d'encisam, dacsà, carlota i formatge Fruita del temps	Macarrons amb tomaca i tonyina Truita espanyola de creïlla i ceba Amanida d'encisam, dacsà, carlota i remolatxa Fruita del temps	Sopa d'au amb meravella i cigrons Pernil de pollastre amb roses Amanida d'encisam, dacsà, carlota i pernil dolç Gelati i fruita	Arròs amb verdures Bacallà amb salsa marinera Amanida d'encisam, dacsà, carlota i pipes de gira-sol Postre lacti	Llenties amb verdures Hamburguesa mixta amb tomaca Amanida d'encisam, dacsà, carlota, toynina i olives Fruita del temps
Cena rec./Sopar recom.: Pechuga a la plancha con queso fresco. Yogur/ Pit a la planxa amb formatge fresc. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Cuscús con ternera. Yogur/ Cuscús amb vedella. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Atún encebollado. Yogur/ Tonyina amb ceba. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Tortilla de queso y jamón york. Fruta/ Truita de formatge i pernil dolç. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Lenguado a la plancha con patata hervida. Yogur/ Lenguado a la planxa amb creïlla bullida. Iogurt.

Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	728,68	38,88 g	67,34 g	35,52 g	3-8	770,1	28,54 g	94,52 g	31,8 g	3-8	540,48	27,87 g	59,93 g	20,21 g	3-8	634,9	29,88 g	82,52 g	22,38 g	3-8	644,98	36,14 g	68,78 g	25,7 g
9-14	914,3	50,52 g	81,42 g	42,68 g	9-14	895,86	39,32 g	117,64 g	37,8 g	9-14	609,94	43,6 g	71,44 g	25,3 g	9-14	789,26	37,4 g	101,66 g	25,16 g	9-14	735,46	45,9 g	75,46 g	29,77 g

MENÚ COMEDOR, JUNIO 2018

LUNES / DILLUNS 11					MARTES / DIMARTS 12					MIÉRCOLES / DIMECRES 13					JUEVES / DIJOURS 14					VIERNES / DIVENDRES 15				
Fideuà (de marisco) Croquetes de jamón Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pipas de calabaza Fruta del tiempo					Potaje de garbanzos y espinacas Muslito de pollo con champiñones Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino o repollo Fruta del tiempo					Arroz al horno Huevo cocido con atún Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y aceitunas Helado y fruta					Crema de calabacín Longanizas con tomate Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, cacahuets y pasas Postre lácteo					Macarrones con tomate, queso y orégano Merluza con salsa verde y espinacas Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, cebolla natural y aceitunas Fruta del tiempo				
Fideuà (de marisc) Croquetes de pernil Amanina d'encisam, dacsà, carlota i pipes de carabassa Fruta del temps					Potatge de cigrons i espinacs Cuixet de pollastre amb xampinyons Amanida d'encisam, dacsà, carlota i cogombre o col Fruta del temps					Arròs al forn Ou cuït amb tonyina Amanida d'encisam, dacsà, carlota, tomaca i olives Gelati i fruita					Crema de carabassó Llonganisses amb tomaca Amanida d'encisam, dacsà, carlota, cacauets i panses Postre lacti					Macarrons amb tomaca, formatge i orenga Lluç amb salsa verda i espinacs Amanida d'encisam, dacsà, carlota, ceba natural i olives Fruta del temps				
Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con anchoas. Yogur / Amanida amb aladroc. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Salmón con tomate. Yogur/ Salmó amb tomaca. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Crema de verduras y pavo. Yogur/ Crema de verduras i titot. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Verduras al vapor con queso fresco. Fruta/ Verduras al vapor amb formatge fresc. Fruta.					Cena rec./Sopar recom.: Tortilla con jamón york. Yogur/ Truita amb pernil dolç. Iogurt.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	596,94	24,78 g	77,76 g	18,85 g	3-8	584,28	32,68 g	79,3 g	11,85 g	3-8	655	21,23 g	78,81 g	46,7 g	3-8	734,24	25,61 g	48,48 g	27,83 g	3-8	663,58	34,81 g	83,84 g	22,99 g
9-14	779,92	31,84 g	100,38 g	25,13 g	9-14	665,67	37,12 g	99 g	12,47 g	9-14	850,6	31,69 g	101,44 g	34,39 g	9-14	671,96	33,55 g	61,24 g	37,11 g	9-14	827,5	45,09 g	103,42 g	25,97 g

LUNES / DILLUNS 18					MARTES / DIMARTS 19					MIÉRCOLES / DIMECRES 20					JUEVES / DIJOURS 21					VIERNES / DIVENDRES 22				
Guisado de verduras y patata Nuggets de pollo con judías verdes Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y queso Fruta del tiempo					Canelones de carne gratinados Pizza de jamón york y queso Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino o repollo Fruta del tiempo					Sopa de ave con lluvia y garbanzos Hamburguesa con queso y ketchup Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y aceitunas Helado y fruta					Lazos con zanahoria, maíz y aceitunas Cazón con salsa verde Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, guisantes y remolacha Postre lácteo					Arroz a la cubana con huevo cocido Longaniza con papas Gusanitos y refrescos Helado				

Guisat de verdures i creïlla Nuggets de pollastre amb fesols verds Amanida d'encisam, dacsca, carlota i formatge Fruita del temps					Canelons de carn gratinats Pizza de pernil dolç i formatge Amanida d'encisam, dacsca, carlota i cogombre o col Fruita del temps					Sopa d'au amb pluja i cigrons Hamburguesa amb formatge i ketchup Amanida d'encisam, dacsca, carlota, tomaca i olives Gelats i fruita					Llaços amb carlota, dacsca i olives Caçó amb salsa verda Amanida d'encisam, dacsca, carlota, pèsols i remolatxa Postre lacti					Arròs a la cubana amb ou cuit Llonganissa amb papes Cuquets i refrescos Gelats				
Cena rec./Sopar recom.: Dorada al horno y tomate fresco. Yogur/ Orada al forn i tomaca fresca. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Tortilla con jamón york. Yogur/ Truita amb pernil dolç. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Verduras al vapor con tomate. Yogur/ Verduras al vapor amb tomaca. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Calamar a la plancha. Fruta/ Calamar a la planxa. Fruta.					Cena rec./ Sopar recom.: Hervido valenciano y pavo. Fruta/ Bullit valencià i titot. Fruta.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	768,18	21,49 g	71,9 g	23,52 g	3-8	832,24	36,66 g	82,22 g	41,4 g	3-8	763,64	25,8 g	61,44 g	24,91 g	3-8	843,4	31,16 g	82,94 g	31,04 g	3-8	635,34	21,82 g	72,12 g	32,5 g
9-14	800,3	27,33 g	87,5 g	26,68 g	9-14	952,38	47,56 g	91,18 g	50,52 g	9-14	711,16	33,8 g	78,52 g	33,21 g	9-14	967,26	40,22 g	102,22 g	36,7 g	9-14	790,12	30,18 g	90,06 g	43,44 g

Fruita de temporada: Manzana, naranja, melocotón, melón, plátano, pera, .../ Fruita de temporada: Poma, taronja, bresquilla, meló, plàtan, pera, ...

Postre lácteo: Natillas, actimel, yogur, danonino, petit suisse, .../ Postre lacti: Natillas, actimel, iogurt, danonino, petit suisse, ...

Todos los días se sirve agua mineral embotellada/Tots els dies es serveix aigua mineral embotellada.

Las ensaladas pueden variar para incorporar verduras de temporada/Les amanides poden variar per incloure verdures de temporada.

Disponemos de menú régimen/dieta blanda para aquellos alumnos que lo necesiten/Dispossem d'un menú règim/dieta blana per a aquells alumnes que ho necessiten.

MENÚ INFANTIL, JUNIO 2018

VIERNES / DIVENDRES 1			
Arroz a la cubana Longaniza con patata asada Fruta del tiempo			
Arròs a la cubana amb tomaca Llonganissa amb creïlla rostida Fruta del temps			
Kcal.	Prot.	HC.	G.
455,68	13,11g	57,94 g	17,55 g

LUNES / DILLUNS 4				MARTES / DIMARTS 5				MIÉRCOLES / DIMECRES 6				JUEVES / DIJOURS 7				VIERNES / DIVENDRES 8			
Crema de verduras con alubias Surfers de merluza con guisantes y zanahorias salteados Fruta del tiempo				Macarrones con tomate frito y atún Tortilla española de patata y cebolla Fruta del tiempo				Sopa de ave con maravilla y garbanzos Jamoncitos de pollo con festival de verduras Postre lácteo				Arroz con verduras Albóndigas a la jardinera Helado y fruta del tiempo				Lentejas con verduras Hamburguesa de pollo con tomate Fruta del tiempo			
Crema de verdures amb fesols Surfers de lluç amb pésols i carlotes saltats Fruta del temps				Macarrons amb tomaca fregida i tonyina Truita espanyola de creïlla i ceba Fruta del temps				Sopa d'au amb meravella i cigrons Pernils de pollastre amb festival de verdures Postre lacti				Arròs amb verdures Mandonguilles a la jardinera Gelati i fruita del temps				Llentilles amb verdures Hamburguesa de pollastre amb tomaca Fruta del temps			
Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.
445,08	25,68 g	55,68 g	13,14 g	548,28	18,3 g	64,12 g	24,38 g	484,14	36,86 g	55,98 g	8,22 g	555,78	20,3 g	77,44 g	39,34 g	334,54	36,84 g	38,94 g	11,26 g

LUNES / DILLUNS 11				MARTES / DIMARTS 12				MIÉRCOLES / DIMECRES 13				JUEVES / DIJOURS 14				VIERNES / DIVENDRES 15			
Fideuà de marisco Croquetas de jamón Fruta del tiempo				Puré de potaje de garbanzos y espinacas Tortilla española de patata y cebolla Fruta del tiempo				Arroz al horno Quesito Postre lácteo				Crema de calabacín Albóndigas de ave a la jardinera Helado y fruta del tiempo				Macarrones con tomate, queso y orégano Varitas de merluza con judías verdes Fruta del tiempo			
Fideuà de marisc Croquetes de pernil				Puré de potatge de cigrons i espinacs Truita espanyola de creïlla i ceba				Arròs al forn Formatget				Crema de carabassó Mandonguilles d'au a la jardinera				Macarrons amb tomaca, formatge i orenga Varetes de lluç amb fesols verds			

Fruita del temps				Fruita del temps				Postre lacti				Gelats i fruita del temps				Fruita del temps			
Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.
393,7	27,12 g	40,8 g	21,4 g	539,34	28,06 g	73,4 g	20,5 g	504,76	12,93 g	62,74 g	21,47 g	382,28	29,19 g	32,19 g	35 g	465,96	22,96 g	61,68 g	14,76 g

MENÚ INFANTIL, JUNIO 2018

LUNES / DILLUNS 18				MARTES / DIMARTS 19				MIÉRCOLES / DIMECRES 20				JUEVES / DIJOURS 21				VIERNES / DIVENDRES 22			
Purè de guisado de verduras Tortilla francesa Fruita del tiempo				Arroz a la marinera Fingers de pavo con zanahoria Fruita del tiempo				Sopa de ave, lluvia y garbanzos Hamburguesa de pollo con tomate Postre lácteo				Macarrones con tomate frito y atún Jamón york Helado y fruta del tiempo				Arroz a la cubana Cazón con salsa verde Fruita del tiempo			
Purè de guisat de verdures Trita a la francesa Fruita del temps				Arròs a la marinera Fingers de titot amb carlota Fruita del temps				Sopa d'au, pluja i cigrons Hamburguesa de pollastre amb tomaca Postre lacti				Macarrons amb tomaca fregida i tonyina Pernil dolç Gelats i fruita del temps				Arròs a la cubana amb tomaca Caçó amb salsa verda Fruita del temps			
Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.
308,88	13,15 g	28,48 g	13,25 g	339,46	31,68 g	39,78 g	13,84 g	407,16	39,24 g	52,8 g	9,5 g	547,2	22,93 g	69,94 g	19,47 g	337,42	19,17g	60,34 g	10,69 g

LUNES / DILLUNS 25				MARTES / DIMARTS 26				MIÉRCOLES / DIMECRES 27				JUEVES / DIJOURS 28				VIERNES / DIVENDRES 29			
Crema de guisantes Lomo empanado con pisto Fruita del tiempo				Macarrones con tomate frito y atún Fiambre de pavo Fruita del tiempo				Fideuà de marisco Tortilla española de patata y cebolla Postre lácteo				Sopa de ave con maravilla Bacalao con salsa marinera Helado y fruta del tiempo				Arroz al horno Quesito Fruita del tiempo			
Crema de pèsols Llom empanat amb sanfaina Fruita del temps				Macarrons amb tomaca fregida i tonyina Companatge de titot Fruita del temps				Fideuà de marisc Trita espanyola de creïlla i ceba Postre lacti				Sopa d'au amb meravella Bacallà amb salsa marinera Fruita del temps				Arròs al forn Formatget Fruita del temps			
Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Kcal.	Prot.	HC.	G.
416,04	29,22 g	51,32 g	15,66 g	511,2	22,27 g	65,44 g	17,91 g	424,98	21,06 g	47,88 g	16,62 g	368,1	33,42 g	53,28 g	12,52 g	501,46	10,83 g	66,52 g	20,33 g

Fruita de temporada: Manzana, naranja, melocotón, melón, plátano, pera,.../ Fruita de temporada: Poma, taronja, bresquilla, meló, plàtan, pera, ..

Postre lácteo: Natillas, actimel, yogur, danonino, petit suisse, .../ Postre lacti: Natillas, actimel, iogurt, danonino, petit suisse, ...

Los menús pueden estar sujetos a variaciones según el criterio del responsable de la cocina, pero respetando siempre el equilibrio dietético de los mismos./

Els menús poden estar sotmesos a variacions a criteri del responsable de la cuina, però respectant sempre l'equilibri dietètic dels mateixos.

Nuestros platos pueden contener alérgenos, por lo que rogamos pregunten al encargado de comedor sobre los ingredientes de cada plato./Els nostres plats poden contenir al·lèrgens per la qual cosa els demanem que pregunten a l'encarregat del menjador pels ingredients de cada plat.

**MENÚ TRITURADO INFANTIL,
JUNIO 2018**

DIA	PLATO PRINCIPAL	POSTRE	VALOR NUTRICIONAL			
VIERNES 1	Puré de zanahoria con arroz y pechuga de pavo	Postre lácteo o Fruta natural triturada	Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
LUNES 4	Patata, cebolla y judía verde con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
MARTES 5	Puré de patata con pollo		Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
MIÉRCOLES 6	Puré de patata y zanahoria con ternera		Kcal: 298'6	Prot: 28'17 g	HC: 16'89 g	G: 8'75 g
JUEVES 7	Patata y calabacín con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
VIERNES 8	Patata y verduras (zanahoria, judía verde, cebolla) con lentejas y jamón york		Kcal: 332'55	Prot: 19'26 g	HC: 55'3 g	G: 7'6 g
LUNES 11	Patata y judía verde con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
MARTES 12	Patata, garbanzos y espinacas con pavo		Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
MIÉRCOLES 13	Puré de patata con pollo		Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
JUEVES 14	Crema de calabacín con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
VIERNES 15	Puré de patata y zanahoria con ternera		Kcal: 298'6	Prot: 28'17 g	HC: 16'89 g	G: 8'75 g
LUNES 18	Patata y verduras (judía verde, cebolla) con pollo		Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
MARTES 19	Patata, cebolla y judía verde con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
MIÉRCOLES 20	Patata y verduras (zanahoria, judía verde) con pollo y ternera		Kcal: 298'6	Prot: 28'17 g	HC: 16'89 g	G: 8'75 g
JUEVES 21	Patata y espinacas con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
VIERNES 22	Puré de zanahoria con arroz y pavo		Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
LUNES 25	Patata, zanahoria y espinacas con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
MARTES 26	Crema de calabacín con pollo		Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g
MIÉRCOLES 27	Patata, cebolla y judía verde con merluza		Kcal: 292'85	Prot: 17'14 g	HC: 46'1 g	G: 4'53 g
JUEVES 28	Puré de patata y zanahoria con ternera		Kcal: 298'6	Prot: 28'17 g	HC: 16'89 g	G: 8'75 g
VIERNES 29	Puré de zanahoria con arroz y pollo	Kcal: 269'3	Prot: 15'34 g	HC: 52'13 g	G: 6'13 g	

Los menús pueden estar sujetos a variaciones, según el criterio del responsable de cocina, pero respetando siempre el equilibrio dietético de los mismos. Nuestros platos pueden contener alérgenos, por lo que rogamos pregunten al encargado de comedor sobre los ingredientes de cada plato./ Els nostres plats poden contenir al·lèrgens per la qual cosa els demanem que pregunten a l'encarregat del menjador pels ingredients de cada plat.

MENÚ INFANTIL SIN HUEVO, JUNIO 2018

DIA	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
VIERNES 1	Arroz a la cubana	Longaniza con patata asada	Fruta del tiempo
LUNES 4	Crema de verduras con alubias	Merluza con guisantes y zanahorias salteados	Fruta del tiempo
MARTES 5	Macarrones con tomate frito y atún	Jamón serrano	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 6	Sopa de ave con fideos y garbanzos	Jamoncitos de pollo con festival de verduras	Postre lácteo
JUEVES 7	Arroz con verduras	Albóndigas a la jardinera	Helado y fruta
VIERNES 8	Lentejas con verduras	Hamburguesa con tomate	Fruta del tiempo
LUNES 11	Fideuá de marisco	Pechuga de pollo a la plancha	Fruta del tiempo
MARTES 12	Puré de potaje de garbanzos y espinacas	Marrajo a la plancha	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 13	Arroz al horno	Queso	Postre lácteo
JUEVES 14	Crema de calabacín	Albóndigas a la jardinera	Helado y fruta
VIERNES 15	Macarrones con tomate y orégano	Merluza con salsa verde y judías verdes	Fruta del tiempo
LUNES 18	Puré de guisado de verduras	Muslito de pollo al horno	Fruta del tiempo
MARTES 19	Arroz a la marinera	Pechuga de pavo a la plancha con zanahoria	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 20	Sopa de ave con fideos y garbanzos	Hamburguesa con tomate	Postre lácteo
JUEVES 21	Macarrones con tomate frito y atún	Jamón york	Helado y fruta
VIERNES 22	Arroz a la cubana	Cazón con salsa verde	Fruta del tiempo
LUNES 25	Crema de guisantes	Lomo a la plancha con pisto	Fruta del tiempo
MARTES 26	Macarrones con tomate frito y atún	Fiambre de pavo	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 27	Fideuá de marisco	Pollo del cocido	Postre lácteo
JUEVES 28	Sopa de ave con fideos	Bacalao con salsa marinera	Helado y fruta
VIERNES 29	Arroz al horno	Jamón serrano con tomate natural	Fruta del tiempo

Los menús pueden estar sujetos a variaciones, según el criterio del responsable de la cocina, pero respetando siempre el equilibrio dietético de los mismos.

Nuestros platos pueden contener alérgenos, por lo que rogamos pregunten al encargado de comedor sobre los ingredientes de cada plato.

MENÚ CELIACOS, JUNIO 2018

DIA	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
VIERNES 1	Arroz con tomate	Longaniza con patata asada	Fruta del tiempo
LUNES 4	Crema de verduras con alubias	Merluza con guisantes y zanahorias salteados	Fruta del tiempo
MARTES 5	Macarrones con tomate y atún	Tortilla española de patata y cebolla	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 6	Sopa de ave con fideos y garbanzos	Jamoncitos de pollo con patatas	Helado y fruta
JUEVES 7	Arroz con verduras	Bacalao con salsa marinera	Postre lácteo
VIERNES 8	Lentejas con verduras	Hamburguesa con tomate	Fruta del tiempo
LUNES 11	Fideuá de marisco	Pechuga de pollo a la plancha	Fruta del tiempo
MARTES 12	Potaje de garbanzos y espinacas	Muslito de pollo con champiñones	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 13	Arroz al horno	Huevo cocido con atún	Helado y fruta
JUEVES 14	Crema de calabacín	Longanizas con tomate	Postre lácteo
VIERNES 15	Macarrones con tomate y queso	Merluza con salsa verde y espinacas	Fruta del tiempo
LUNES 18	Guisado de verduras y patata	Pechuga de pavo a la plancha	Fruta del tiempo
MARTES 19	Macarrones a la boloñesa	Pizza de atún	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 20	Sopa de ave con fideos y garbanzos	Hamburguesa con quesito y ketchup	Helado y fruta
JUEVES 21	Espaguetis con zanahoria, maíz y aceitunas	Cazón a la plancha con salsa verde	Postre lácteo
VIERNES 22	Arroz a la cubana y huevo cocido	Longaniza con papas	Fruta del tiempo

LOS MENÚS PUEDEN ESTAR SUJETOS A VARIACIONES SEGÚN EL CRITERIO DEL RESPONSABLE DE LA COCINA, PERO RESPETANDO SIEMPRE EL EQUILIBRIO DIETÉTICO DE LOS MISMOS.
 NUESTROS PLATOS PUEDEN CONTENER ALÉRGENOS, POR LO QUE ROGAMOS PREGUNTEN AL ENCARGADO DE COMEDOR SOBRE LOS INGREDIENTES DE CADA PLATO.

**MENÚ DE DIETA RICA EN VERDURAS Y FIBRA
JUNIO 2018, HNOS. ALOY SALÓN AZHOR**

DÍA	GUARNICIÓN	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO
VIERNES 1	Ensalada variada	Arroz con setas	Fiambre de pavo con espárrago y queso
LUNES 4	Ensalada variada	Espinacas con pasas y piñones	Lomo a la plancha con pisto
MARTES 5		Gazpacho andaluz	Tortilla francesa con jamón serrano
MIÉRCOLES 6		Ensaladilla rusa	Pollo al horno con champiñones
JUEVES 7		Arroz con verduras	Bacalao con salsa marinera
VIERNES 8		Ensalada de pasta con zanahoria, maíz y atún	Surtido de quesos
LUNES 11	Ensalada variada	Hervido valenciano	Pechuga de pollo a la plancha con ajitos
MARTES 12		Berenjena rellena de verduras	Lomo a la plancha con pimienta
MIÉRCOLES 13		Gazpacho andaluz	Merluza con salsa verde y guisantes
JUEVES 14		Crema vichyssoise	Tortilla francesa, jamón york y queso
VIERNES 15		Pasta con champiñones	Queso fresco con tomate al horno
LUNES 18	Ensalada variada	Brócoli salteado con jamón york	Salmón con salsa marinera
MARTES 19		Ensaladilla rusa	Pollo al horno
MIÉRCOLES 20		Alubias con pimienta rojo y verde, cebolla y aceitunas negras	Hamburguesa de pavo con queso
JUEVES 21		Ensalada de pasta con zanahoria, maíz y atún	Tortilla de calabacín
VIERNES 22		Arroz con verduras	Lomo a la plancha con ajitos
LUNES 25	Ensalada variada	Guisantes y zanahorias salteados con cebolla	Bacalao con salsa verde y espinacas
MARTES 26		Calabacín relleno de verduras	Pechuga de pollo a la plancha con patatas a lo pobre
MIÉRCOLES 27		Ensaladilla rusa	Merluza con salsa verde y guisantes
JUEVES 28		Berenjena rellena de carne	Tortilla de espinacas
VIERNES 29		Ensalada de garbanzos, cebolla, tomate y huevo cocido	Surtido de quesos

**LOS MENÚS PUEDEN ESTAR SUJETOS A VARIACIONES SEGÚN EL CRITERIO DEL RESPONSABLE DE LA COCINA,
PERO RESPETANDO SIEMPRE EL EQUILIBRIO DIETÉTICO DE LOS MISMOS.**

MENÚ HIPOCALÓRICO, JUNIO 2018

DIA	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
VIERNES 1	Arroz con tomate	Longaniza de ave con patata asada	Fruta del tiempo
LUNES 4	Crema de verduras con alubias	Merluza con guisantes y zanahorias salteados	Fruta del tiempo
MARTES 5	Macarrones con tomate y atún	Tortilla francesa	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 6	Sopa de ave con maravilla y garbanzos	Jamoncitos de pollo con maíz	Fruta del tiempo
JUEVES 7	Arroz con verduras	Bacalao con cebolla	Postre lácteo
VIERNES 8	Lentejas con verduras	Hamburguesa de pavo	Fruta del tiempo
LUNES 11	Fideuá de marisco	Pechuga de pollo a la plancha	Fruta del tiempo
MARTES 12	Potaje de garbanzos y espinacas	Muslito de pollo con champiñones	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 13	Arroz al horno	Huevo cocido con atún	Fruta del tiempo
JUEVES 14	Crema de calabacín	Longanizas de ave con tomate	Postre lácteo
VIERNES 15	Macarrones con tomate y orégano	Merluza con salsa verde y espinacas	Fruta del tiempo
LUNES 18	Guisado de verduras y patata	Pechuga de pavo a la plancha con judías verdes	Fruta del tiempo
MARTES 19	Macarrones con verduras	Pizza de atún	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 20	Sopa de ave con lluvia y garbanzos	Hamburguesa de pavo con queso fresco	Fruta del tiempo
JUEVES 21	Lazos con zanahoria, maíz y aceitunas	Cazón a la plancha con salsa verde	Postre lácteo
VIERNES 22	Arroz a la cubana y huevo cocido	Longaniza de ave con patata asada	Fruta del tiempo

LOS MENÚS PUEDEN ESTAR SUJETOS A VARIACIONES SEGÚN EL CRITERIO DEL RESPONSABLE DE LA COCINA, PERO RESPETANDO SIEMPRE EL EQUILIBRIO DIETÉTICO DE LOS MISMOS.
 NUESTROS PLATOS PUEDEN CONTENER ALÉRGENOS, POR LO QUE ROGAMOS PREGUNTEN AL ENCARGADO DE COMEDOR SOBRE LOS INGREDIENTES DE CADA PLATO.

MENÚ INFANTIL CELIACO, JUNIO 2018

DIA	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
VIERNES 1	Arroz a la cubana	Longaniza con patata asada	Fruta del tiempo
LUNES 4	Crema de verduras con alubias	Merluza con guisantes y zanahorias salteados	Fruta del tiempo
MARTES 5	Macarrones con tomate frito y atún	Tortilla española de patata y cebolla	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 6	Sopa de ave con fideos y garbanzos	Jamoncitos de pollo con festival de verduras	Postre lácteo
JUEVES 7	Arroz con verduras	Albóndigas a la jardinera	Helado y fruta
VIERNES 8	Lentejas con verduras	Hamburguesa con tomate	Fruta del tiempo
LUNES 11	Fideuá de marisco	Pechuga de pollo a la plancha	Fruta del tiempo
MARTES 12	Puré de potaje de garbanzos y espinacas	Tortilla española de patata y cebolla	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 13	Arroz al horno	Quesito	Postre lácteo
JUEVES 14	Crema de calabacín	Albóndigas a la jardinera	Helado y fruta
VIERNES 15	Macarrones con tomate, queso y orégano	Merluza con salsa verde y judías verdes	Fruta del tiempo
LUNES 18	Puré de guisado de verduras	Tortilla francesa	Fruta del tiempo
MARTES 19	Arroz a la marinera	Pechuga de pavo a la plancha con zanahoria	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 20	Sopa de ave con fideos y garbanzos	Hamburguesa con tomate	Postre lácteo
JUEVES 21	Macarrones con tomate frito y atún	Jamón york	Helado y fruta
VIERNES 22	Arroz a la cubana	Cazón con salsa verde	Fruta del tiempo
LUNES 25	Crema de guisantes	Lomo a la plancha con pisto	Fruta del tiempo
MARTES 26	Macarrones con tomate frito y atún	Fiambre de pavo	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 27	Fideuá de marisco	Tortilla española de patata y cebolla	Postre lácteo
JUEVES 28	Sopa de ave con fideos	Bacalao con salsa marinera	Helado y fruta
VIERNES 29	Arroz al horno	Quesito	Fruta del tiempo

LOS MENÚS PUEDEN ESTAR SUJETOS A VARIACIONES, SEGÚN EL CRITERIO DEL RESPONSABLE DE LA COCINA, PERO
RESPECTANDO SIEMPRE EL EQUILIBRIO DIETÉTICO DE LOS MISMOS.
NUESTROS PLATOS PUEDEN CONTENER ALÉRGICOS, POR LO QUE ROGAMOS PREGUNTEN AL ENCARGADO DE COMEDOR SOBRE

LOS INGREDIENTES DE CADA PLATO.

MENÚ INFANTIL SIN LACTOSA, JUNIO 2018

DIA	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
VIERNES 1	Arroz a la cubana	Longaniza con patata asada	Fruta del tiempo
LUNES 4	Crema de verduras con alubias	Merluza con guisantes y zanahorias salteados	Fruta del tiempo
MARTES 5	Macarrones con tomate frito y atún	Tortilla española de patata y cebolla	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 6	Sopa de ave con maravilla y garbanzos	Jamoncitos de pollo con festival de verduras	Yogur Savia
JUEVES 7	Arroz con verduras	Albóndigas a la jardinera	Fruta del tiempo
VIERNES 8	Lentejas con verduras	Hamburguesa con tomate	Fruta del tiempo
LUNES 11	Fideuá de marisco	Pechuga de pollo a la plancha	Fruta del tiempo
MARTES 12	Puré de potaje de garbanzos y espinacas	Tortilla española de patata y cebolla	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 13	Arroz al horno	Jamón serrano	Yogur Savia
JUEVES 14	Crema de calabacín	Albóndigas a la jardinera	Fruta del tiempo
VIERNES 15	Macarrones con tomate y orégano	Merluza con salsa verde y judías verdes	Fruta del tiempo
LUNES 18	Puré de guisado de verduras	Tortilla francesa	Fruta del tiempo
MARTES 19	Arroz a la marinera	Pechuga de pavo a la plancha con zanahoria	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 20	Sopa de ave con lluvia y garbanzos	Hamburguesa con tomate	Yogur Savia
JUEVES 21	Macarrones con tomate frito y atún	Jamón serrano	Fruta del tiempo
VIERNES 22	Arroz a la cubana	Cazón con salsa verde	Fruta del tiempo
LUNES 25	Crema de guisantes	Lomo a la plancha con pisto	Fruta del tiempo
MARTES 26	Macarrones con tomate frito y atún	Jamón serrano	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 27	Fideuá de marisco	Tortilla española de patata y cebolla	Yogur Savia
JUEVES 28	Sopa de ave con maravilla	Bacalao con salsa marinera	Fruta del tiempo
VIERNES 29	Arroz al horno	Jamón serrano con tomate natural	Fruta del tiempo

LOS MENÚS PUEDEN ESTAR SUJETOS A VARIACIONES, SEGÚN EL CRITERIO DEL RESPONSABLE DE LA COCINA, PERO RESPETANDO SIEMPRE EL EQUILIBRIO DIETÉTICO DE LOS MISMOS.

NUESTROS PLATOS PUEDEN CONTENER ALÉRGENOS, POR LO QUE ROGAMOS PREGUNTEN AL ENCARGADO DE COMEDOR SOBRE
LOS INGREDIENTES DE CADA PLATO.

MENÚ SIN PESCADO, JUNIO 2018

DIA	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
VIERNES 1	Arroz con tomate	Longaniza con patata asada	Fruta del tiempo
LUNES 4	Crema de verduras con alubias	Fingers de pavo con guisantes y zanahorias salteados	Fruta del tiempo
MARTES 5	Macarrones a la boloñesa	Tortilla española de patata y cebolla	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 6	Sopa de ave con maravilla y garbanzos	Jamoncitos de pollo con palomitas	Helado y fruta
JUEVES 7	Arroz con verduras	Albóndigas a la jardinera	Postre lácteo
VIERNES 8	Lentejas con verduras	Hamburguesa mixta con tomate	Fruta del tiempo
LUNES 11	Hervido valenciano	Croquetas de jamón	Fruta del tiempo
MARTES 12	Potaje de garbanzos y espinacas	Muslito de pollo con champiñones	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 13	Arroz al horno	Huevo cocido con pisto	Helado y fruta
JUEVES 14	Crema de calabacín	Longanizas con tomate	Postre lácteo
VIERNES 15	Macarrones con tomate y queso	Queso fresco con tomate natural	Fruta del tiempo
LUNES 18	Guisado de verduras y patata	Nuggets de pollo con judías verdes	Fruta del tiempo
MARTES 19	Canelones de carne	Pizza de jamón york y queso	Fruta del tiempo
MIÉRCOLES 20	Sopa de ave con lluvia y garbanzos	Hamburguesa con quesito y ketchup	Helado y fruta
JUEVES 21	Lazos con zanahoria, maíz y aceitunas	Surtido de fiambres	Postre lácteo
VIERNES 22	Arroz a la cubana y huevo cocido	Longaniza con papas	Fruta del tiempo

LOS MENÚS PUEDEN ESTAR SUJETOS A VARIACIONES SEGÚN EL CRITERIO DEL RESPONSABLE DE LA COCINA, PERO
RESPETANDO SIEMPRE EL EQUILIBRIO DIETÉTICO DE LOS MISMOS.
NUESTROS PLATOS PUEDEN CONTENER ALÉRGENOS, POR LO QUE ROGAMOS PREGUNTEN AL ENCARGADO DE COMEDOR
SOBRE LOS INGREDIENTES DE CADA PLATO.