

### VALOR DIFERENCIAL

RECETA VEGETARIANA

PISCAS SOSTENIBLES

PRODUCTE ORGÀNIC

RECETA FOODIE

GASTRONOMIA TRADICIONAL

PRODUCTE DE TEMPORADA

PRODUCTE LOCAL KM. 0

### AL·LERGÒGENS

API

CAÇALETES

FRUITS DE PELA

SÈSAM

CRUSTACIS

OU

GLUTEN

PEIX

SOJA

MOLLUSCOS

LACTIS

SULFITS

TRAMUSSOS

MOSTASSA

<b>2</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 723,37 Prot
Entrant		
	Llenties a la jardineria	37,75g Ca
Primer		255,71mg Fe
	Lluç a la provençal amb bròquil	10,37mg HdC
Segon		104,65g LIP
	Fruita	17,90g
Prostri		
Sopar	Broquetes de verdures Carn blanca /Fruita	

<b>3</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 603,56 Prot
Entrant		
	Sopa d'au	35,40g Ca
Primer		124,26mg Fe
	Pollastre al forn amb patata i bajoqueta saltejada	5,52mg HdC
Segon		97,73g LIP
	Fruita	19,84g
Prostri		
Sopar	Gaspatxo Hamburguesa de soja /Fruita	

<b>4</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 930,53 Prot
Entrant		
	Arròs de secret i verdures de temporada	32,19g Ca
Primer		108,20mg Fe
	Fingers de peix	4,92mg HdC
Segon		108,08g LIP
	Fruita	41,84g
Prostri		
Sopar	Carabassò a la plantxa Peix a la llima /Fruita	

<b>5</b>	Broqueta de tomaca amb formatge fresc	Kcal 908,07 Prot
Entrant		
	Ensalada de patata amb vegetals, tonyina, ou i olives	44,02g Ca
Primer		457,13mg Fe
	Salsitxes de porc amb pebre vermell	5,27mg HdC
Segon		53,71g LIP
	Iogurt	57,25g
Prostri		
Sopar	Pèssols amb pernil i ceba Remenat d'alls tendres /Fruita	

<b>6</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 882,73 Prot
Entrant		
	Espaguetis integrals a la italiana	32,31g Ca
Primer		345,65mg Fe
	Truita de patata amb formatge fresc	6,18mg HdC
Segon		119,31g LIP
	Fruita	32,70g
Prostri		
Sopar	Tosta d'hummus Carn d'au /Fruita	

<b>9</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 950,51 Prot
Entrant		
	Sopa d'olla	40,39g Ca
Primer		188,12mg Fe
	Ragout de magre amb patates	7,91mg HdC
Segon		94,57g LIP
	Fruita	52,89g
Prostri		
Sopar	Wok de verdures Peix blau /Fruita	

<b>10</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 892,42 Prot
Entrant		
	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	21,40g Ca
Primer		136,28mg Fe
	Croquetes variades amb salsa tàrtara	4,87mg HdC
Segon		90,53g LIP
	Fruita	49,44g
Prostri		
Sopar	Amanida completa Carn blanca /Fruita	

<b>11</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 584,69 Prot
Entrant		
	Crema de carabassò	16,83g Ca
Primer		102,07mg Fe
	Truita de patata amb pernil	4,85mg HdC
Segon		63,81g LIP
	Fruita	29,63g
Prostri		
Sopar	Torrada de mostassa, formatge i alvocat Verduries estofades amb pollastre /Fruita	

<b>12</b>	Rulito de york amb formatge	Kcal 887,34 Prot
Entrant		
	Ensalada de pasta tricolor (vegetals, *cherrys, tonyina i ou)	58,73g Ca
Primer		503,44mg Fe
	Llomets de lluç meunière amb pèsols	5,79mg HdC
Segon		99,96g LIP
	Iogur natural	46,10g
Prostri		
Sopar	Graellada de verdures Carn magra de porc /Fruita	

<b>13</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 720,73 Prot
Entrant		
	Cigrons amb verdures	43,25g Ca
Primer		250,91mg Fe
	Pollastre al romer amb pastanaga vichy	10,15mg HdC
Segon		96,18g LIP
	Fruita	18,62g
Prostri		
Sopar	Abergínia gratinada al forn Ous al plat /Fruita	

<b>16</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 877,01 Prot
Entrant		
	Fideuà de marisc	37,25g Ca
Primer		193,35mg Fe
	Regirat d'ou amb patates i pernil/Truita de verdures	125,93mg HdC
Segon		125,66g LIP
	Fruita	43,83g
Prostri		
Sopar	Gaspatxo Carn roja magra /Fruita	

<b>17</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 689,14 Prot
Entrant		
	Llenties amb pastanaga, ceba, bajoqueta, patata	37,95g Ca
Primer		130,17mg Fe
	Titot al curri amb cous cous	7,10mg HdC
Segon		93,25g LIP
	Fruita	21,43g
Prostri		
Sopar	Couscous amb carabassò i ceba Peix al papillote /Fruita	

<b>18</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 903,33 Prot
Entrant		
	Arròs tres delícies	33,18g Ca
Primer		163,54mg Fe
	Lluç a la marinera	5,09mg HdC
Segon		81,81g LIP
	Fruita	25,25g
Prostri		
Sopar	Xips de moniato al forn Mandonguilles vegetals /Fruita	

<b>19</b>	Ensalada de verdures de temporada	Kcal 903,54 Prot
Entrant		
	Crema de verdures i llegums	24,73g Ca
Primer		246,62mg Fe
	Hamburguesa completa amb patates	6,94mg HdC
Segon		122,80g LIP
	Fruita	35,10g
Prostri		
Sopar	Gaspatxo Peix a la llima /Fruita	

<b>20</b>	<b>MENÚ FI DE CURS</b> Nachos amb formatge	Kcal 818,03 Prot
Entrant		
	Pasta als 4 formatges	64,03g Ca
Primer		473,25mg Fe
	Filet de pollastre arrebosat amb pebrots	7,23mg HdC
Segon		94,46g LIP
	Iogurt	38,24g
Prostri		
Sopar	Amanida completa Truita de ceba /Fruita	

<b>23</b>	Entrante	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

<b>24</b>	Entrante	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

<b>25</b>	Entrante	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

<b>26</b>	Entrante	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

<b>27</b>	Entrante	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

<b>30</b>	Entrant	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

	Entrant	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

	Entrant	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

	Entrant	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

	Entrant	Kcal
		Prot
		Ca
		Fe
		HdC
		LIP

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Ciruela, Melón, Nectarina, Piña, Sandía

**VALOR DIFERENCIAL**

**ALÉRGENOS**

<b>2</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 723,37 Prot 37,75g Ca 255,71mg Fe 10,37mg HdC 104,65g LIP 17,90g
Entrante	Lentejas a la jardinera	
Primero	Merluza a la provenzal con brócoli	
Segundo	Fruta	
Postre	Brochetas de verduras	
Cena	Carne blanca /Fruta	

<b>3</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 603,56 Prot 35,40g Ca 124,26mg Fe 5,52mg HdC 97,73g LIP 19,84g
Entrante	Sopa de ave	
Primero	Pollo asado Judías verdes salteadas	
Segundo	Fruta	
Postre	Gazpacho	
Cena	Hamburguesa de soja /Fruta	

<b>4</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 930,53 Prot 32,19g Ca 108,20mg Fe 4,92mg HdC 108,08g LIP 41,84g
Entrante	Arroz de secreto y verduras de temporada	
Primero	Fingers de pescado	
Segundo	Fruta	
Postre	Calabacín a la plancha	
Cena	Pescado al limón /Fruta	

<b>5</b>	Brocheta de tomate con queso fresco	Kcal 908,07 Prot 44,02g Ca 457,13mg Fe 5,27mg HdC 53,71g LIP 57,25g
Entrante	Ensalada de patata con vegetales, atún, huevo y aceitunas	
Primero	Salchichas de cerdo con pimiento italiano	
Segundo	Yogur	
Postre	Guisantes con cebolla y jamón	
Cena	Revuelto de ajos tiernos /Fruta	

<b>6</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 882,73 Prot 32,31g Ca 345,65mg Fe 6,18mg HdC 119,31g LIP 32,70g
Entrante	Espaguetis integrales a la italiana	
Primero	Tortilla de patata con queso fresco	
Segundo	Fruta	
Postre	Tosta de hummus	
Cena	Carne de ave /Fruta	

<b>9</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 950,51 Prot 40,39g Ca 188,12mg Fe 7,91mg HdC 94,57g LIP 52,89g
Entrante	Sopa de cocido	
Primero	Ragout de magro con patatas	
Segundo	Fruta	
Postre	Wok de verduras	
Cena	Pescado azul /Fruta	

<b>10</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 584,42 Prot 21,40g Ca 136,28mg Fe 4,87mg HdC 90,53g LIP 49,44g
Entrante	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	
Primero	Croquetas variadas con salsa tártara	
Segundo	Fruta	
Postre	Ensalada completa	
Cena	Carne blanca /Fruta	

<b>11</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 584,69 Prot 16,83g Ca 102,07mg Fe 4,85mg HdC 63,81g LIP 29,63g
Entrante	Crema de calabacín	
Primero	Tortilla de patata con jamón serrano	
Segundo	Fruta	
Postre	Tosta de mostaza, queso y aguacate	
Cena	Verduras estofadas con pollo /Fruta	

<b>12</b>	Rulito de york con queso	Kcal 887,34 Prot 58,73g Ca 503,44mg Fe 5,79mg HdC 99,96g LIP 46,10g
Entrante	Ensalada de pasta tricolor (vegetales, cherrys, atún y huevo)	
Primero	Lomitos de merluza a la meuniere con guisantes	
Segundo	Yogur natural	
Postre	Parrillada de verduras	
Cena	Carne magra de cerdo /Fruta	

<b>13</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 720,73 Prot 43,25g Ca 250,91mg Fe 10,15mg HdC 96,18g LIP 18,62g
Entrante	Garbanzos con verduras	
Primero	Pollo al romero con zanahoria vichy	
Segundo	Fruta	
Postre	Berenjena gratinada al horno	
Cena	Huevos al plato /Fruta	

<b>16</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 877,01 Prot 37,25g Ca 193,35mg Fe 7,93mg HdC 125,66g LIP 43,83g
Entrante	Fideuá de marisco	
Primero	Revuelto de huevo con patata y jamón/Tortilla de verduras	
Segundo	Fruta	
Postre	Gazpacho	
Cena	Carne roja magra /Fruta	

<b>17</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 696,14 Prot 37,95g Ca 130,17mg Fe 7,10mg HdC 93,25g LIP 21,43g
Entrante	Lentejas con zanahoria, cebolla, judía verde, patata	
Primero	Pavo al curry con cous cous	
Segundo	Fruta	
Postre	Couscous con calabacín y cebolla	
Cena	Pescado al papillote /Fruta	

<b>18</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 689,33 Prot 33,18g Ca 163,54mg Fe 5,09mg HdC 81,81g LIP 25,25g
Entrante	Arroz tres delicias	
Primero	Merluza a la marinera	
Segundo	Fruta	
Postre	Chips de boniato al horno	
Cena	Albóndigas vegetales /Fruta	

<b>19</b>	Ensalada de verduras de temporada	Kcal 903,54 Prot 24,73g Ca 246,62mg Fe 6,94mg HdC 122,80g LIP 35,10g
Entrante	Crema de verduras y legumbres	
Primero	Hamburguesa completa con patatas	
Segundo	Fruta	
Postre	Gazpacho	
Cena	Pescado al limón /Fruta	

<b>20</b>	<b>MENÚ FIN DE CURSO</b>	Kcal 818,03 Prot 64,03g Ca 473,25mg Fe 7,23mg HdC 94,46g LIP 38,24g
Entrante	Nachos con queso	
Primero	Caracolas a los 4 quesos	
Segundo	Filete de pollo empanado con pimientos	
Postre	Yogur	
Cena	Ensalada completa	
	Tortilla de cebolla /Fruta	

<b>23</b>	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

<b>24</b>	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

<b>25</b>	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

<b>26</b>	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

<b>27</b>	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

<b>30</b>	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

	Entrante	Kcal
	Prot	
	Ca	
	Fe	
	HdC	
	LIP	
	Cena	

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Ciruela, Melón, Nectarina, Piña, Sandía

**ALÉRGENOS**



<p><b>2</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras</p> <p>Segundo: Merluza al horno con brócoli</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>3</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de cocido con pasta sin gluten</p> <p>Segundo: Pollo al horno con pimientos</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>4</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz de secreto y verduras</p> <p>Segundo: Pescado enharinado (maizena)</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>Entrante: Tomate y queso fresco</p> <p>Primero: Ensalada de patata con vegetales y aceitunas</p> <p>Segundo: Salchicha de cerdo permitidas con pimienta</p> <p>Postre: Lácteo (sin gluten)</p>	<p><b>6</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Pasta sin gluten a la italiana con atún</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con queso fresco</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>9</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de cocido con pasta sin gluten</p> <p>Segundo: Magro con patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>10</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz a la cubana</p> <p>Segundo: Pescado al horno con verduras</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>11</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de verduras</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con jamón serrano</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>12</b></p> <p>Entrante: York y queso</p> <p>Primero: Ensalada de pasta sin gluten</p> <p>Segundo: Merluza en salsita con guisantes</p> <p>Postre: Lácteo (sin gluten)</p>	<p><b>13</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras</p> <p>Segundo: Pollo al horno con zanahoria</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>16</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Fideuà (sin gluten) de pescado y marisco</p> <p>Segundo: Revuelto de huevos con jamón</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras</p> <p>Segundo: Pavo con salsa permitida con quinoa (sin gluten)</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>18</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz tres delicias</p> <p>Segundo: Merluza en salsa permitida</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>19</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de verduras</p> <p>Segundo: Hamburguesa permitida en pan sin gluten con tomate y queso con patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>20</b></p> <p>Entrante: Tortitas de maíz con queso</p> <p>Primero: Pasta sin gluten con salsa de quesos permitida</p> <p>Segundo: Pollo empanado (maicena) con pimienta</p> <p>Postre: Lácteo (sin gluten)</p>
<p><b>23</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>24</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>25</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>26</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>27</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>
<p><b>30</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>31</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>32</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>33</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>34</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Ciruela, Melón, Nectarina, Piña, Sandía

**ALÉRGENOS**



<p><b>2</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras</p> <p>Segundo: Merluza al horno con brócoli</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>3</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de ave</p> <p>Segundo: Pollo al horno con pimientos</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>4</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz de secreto** y verduras</p> <p>Segundo: Pescado enharinado</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>Entrante: Tomate con orégano</p> <p>Primero: Ensalada de patata con vegetales y aceitunas</p> <p>Segundo: Pollo a la plancha con pimiento</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>6</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Macarrones con atún (sin queso)</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con jamón</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>9</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de ave</p> <p>Segundo: Magro con patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>10</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz a la cubana</p> <p>Segundo: Pescado al horno con verduras</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>11</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de verduras</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con jamón serrano*</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>12</b></p> <p>Entrante: Rulito de york**</p> <p>Primero: Ensalada de pasta</p> <p>Segundo: Merluza en salsita con guisantes</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>13</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras</p> <p>Segundo: Pollo al horno con zanahoria</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>16</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Fideuà **</p> <p>Segundo: Revuelto de huevos con jamón</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras</p> <p>Segundo: Pavo** en salsa permitida con cous cous</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>18</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz tres delicias</p> <p>Segundo: Merluza en salsa permitida</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>19</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de legumbres</p> <p>Segundo: Carne permitida en pan con tomate y patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>20</b></p> <p>Entrante: Nachos**</p> <p>Primero: Caracolas a la napolitana</p> <p>Segundo: Pollo empanado (maicena) con pimiento</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>23</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>24</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>25</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>26</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>27</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>
<p><b>30</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>31</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>32</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>33</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>34</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Ciruela, Melón,  
Nectarina, Piña, Sandía

**ALÉRGENOS**



<p><b>2</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras</p> <p>Segundo: Merluza al horno con brócoli</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>3</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de ave con pasta especial</p> <p>Segundo: Pollo al horno con pimientos</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>4</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz de secreto y verduras</p> <p>Segundo: Pescado enharinado</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>Entrante: Tomate y queso fresco</p> <p>Primero: Ensalada de patata con vegetales y aceitunas</p> <p>Segundo: Pollo a la plancha con pimiento</p> <p>Postre: Lácteo</p>	<p><b>6</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Pasta especial con atún</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con queso fresco</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>9</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de ave con pasta especial</p> <p>Segundo: Magro con patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>10</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz a la cubana</p> <p>Segundo: Pescado al horno con verduras</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>11</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de verduras</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con jamón serrano</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>12</b></p> <p>Entrante: York** y queso</p> <p>Primero: Ensalada de pasta especial</p> <p>Segundo: Merluza en salsita con guisantes</p> <p>Postre: Lácteo</p>	<p><b>13</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras</p> <p>Segundo: Pollo al horno con zanahoria</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>16</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Fideuà de pescado y marisco**</p> <p>Segundo: Revuelto de huevos con jamón</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras</p> <p>Segundo: Pavo** en salsa permitida con quinoa</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>18</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz tres delicias</p> <p>Segundo: Merluza en salsa permitida</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>19</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de legumbres</p> <p>Segundo: Carne permitida en pan con tomate, queso y patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>20</b></p> <p>Entrante: Nachos** con queso</p> <p>Primero: Caracolas con salsa de quesos permitida</p> <p>Segundo: Pollo empanado** con pimiento</p> <p>Postre: Lácteo</p>
<p><b>23</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>24</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>25</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>26</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>27</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>
<p><b>30</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>31</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>32</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>33</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>34</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>

**ALÉRGENOS**

-  AJO
-  CACAHUETES
-  FRUTOS DE CÁSCARA
-  SÉSAMO
-  HUEVO
-  CRUSTÁCEOS
-  LÁCTEOS
-  SULFITOS
-  SOJA
-  GLUTEN
-  PESCADO
-  MOLUSCOS
-  ALTRAMUZES
-  MOSTAZA

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

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiacía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará pan integral un día a la semana.

<b>2</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Lentejas con verduras
Segundo	Merluza al horno con brócoli
Postre	Fruta

<b>3</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Sopa de cocido (embutidos permitidos) pasta especial
Segundo	Pollo al horno con pimientos
Postre	Fruta

<b>4</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Arroz de secreto y verduras
Segundo	Pescado enharinado (sin huevo)
Postre	Fruta

<b>5</b>	Tomate y queso fresco
Entrante	
Primero	Ensalada de patata con vegetales y aceitunas
Segundo	Salchicha de cerdo permitidas con pimiento
Postre	Lácteo

<b>6</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Pasta especial con atún
Segundo	Tortilla de harina de garbanzos con patata con queso fresco
Postre	Fruta

<b>9</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Sopa de cocido (embutidos permitidos) pasta especial
Segundo	Magro con patatas
Postre	Fruta

<b>10</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Arroz con tomate
Segundo	Pescado al horno con verduras
Postre	Fruta

<b>11</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Crema de verduras
Segundo	Tortilla de harina de garbanzos con patatas con jamón
Postre	Fruta

<b>12</b>	York y queso
Entrante	
Primero	Ensalada de pasta especial con vegetales, cherrys, aguacate y atún
Segundo	Merluza en salsa con guisantes
Postre	Lácteo

<b>13</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Garbanzos con verduras
Segundo	Pollo al horno con zanahoria
Postre	Fruta

<b>16</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Fideuà (pasta especial) de pescado y marisco
Segundo	Tortilla de harina de garbanzos con patatas con jamón
Postre	Fruta

<b>17</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Lentejas con verduras
Segundo	Pavo en salsa permitida con cous cous
Postre	Fruta

<b>18</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Arroz tres verduras
Segundo	Merluza en salsa permitida
Postre	Fruta

<b>19</b>	Ensalada fresca de temporada
Entrante	
Primero	Crema de legumbres
Segundo	Hamburguesa permitida con pan**, tomate, queso y patatas
Postre	Fruta

<b>20</b>	Nachos con queso**
Entrante	
Primero	Pasta especial con salsa de quesos permitida
Segundo	Pollo empanado (maicena) con pimiento
Postre	Lácteo

<b>23</b>	
Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

<b>24</b>	
Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

<b>25</b>	
Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

<b>26</b>	
Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

<b>27</b>	
Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

<b>30</b>	
Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

Entrante	
Primero	
Segundo	
Postre	

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Ciruela, Melón, Nectarina, Piña, Sandía

**ALÉRGENOS**



<p><b>2</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras</p> <p>Segundo: Carne blanca a la plancha con brócoli</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>3</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de cocido</p> <p>Segundo: Pollo al horno con pimientos</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>4</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz de secreto y verduras</p> <p>Segundo: Carne enharinada</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>Entrante: Tomate y queso fresco</p> <p>Primero: Ensalada de patata con vegetales y aceitunas</p> <p>Segundo: Salchicha de cerdo permitidas con pimienta</p> <p>Postre: Lácteo</p>	<p><b>6</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Macarrones italiana</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con queso fresco</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>9</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de cocido</p> <p>Segundo: Magro con patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>10</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz a la cubana</p> <p>Segundo: Pollo al horno con verduras</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>11</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de verduras</p> <p>Segundo: Tortilla de patata con jamón serrano</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>12</b></p> <p>Entrante: Ensalada ECO de temporada</p> <p>Primero: Ensalada de pasta (sin atún)</p> <p>Segundo: Pollo en salsa con guisantes</p> <p>Postre: Lácteo</p>	<p><b>13</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras</p> <p>Segundo: Pollo al horno con zanahoria</p> <p>Postre: Fruta</p>
<p><b>16</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Fideuà de verduras</p> <p>Segundo: Revuelto de huevos con jamón</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras</p> <p>Segundo: Pavo al curry con cous cous</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>18</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz tres verduras</p> <p>Segundo: Magro en salsa con verduras</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>19</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de legumbres</p> <p>Segundo: Hamburguesa completa con patatas</p> <p>Postre: Fruta</p>	<p><b>20</b></p> <p>Entrante: Nachos con queso</p> <p>Primero: Caracolas a los 4 quesos</p> <p>Segundo: Pollo empanado con pimienta</p> <p>Postre: Lácteo</p>
<p><b>23</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>24</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>25</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>26</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>27</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>
<p><b>30</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>31</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>32</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>33</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>34</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Ciruela, Melón,  
Nectarina, Piña, Sandía

**ALÉRGICOS**



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

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiacía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará pan integral un día a la semana.

<p><b>2</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras (150g 3R)</p> <p>Segundo: Merluza al horno con brócoli</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (40g 2R)</p>	<p><b>3</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa (135g 3R)</p> <p>Segundo: Pollo al horno con pimientos</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (40g 2R)</p>	<p><b>4</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz de secreto y verduras (160g 4R)</p> <p>Segundo: Pescado a la plancha</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>5</b></p> <p>Entrante: Tomate y queso fresco</p> <p>Primero: Ensalada de patata (195g 3R) con vegetales y aceitunas</p> <p>Segundo: Salchicha de cerdo con pimiento</p> <p>Postre: Lácteo desnatado (1R) Pan (40g 2R)</p>	<p><b>6</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Macarrones (135g 3R) con atún</p> <p>Segundo: Tortilla de patata (120g 1R) con queso fresco</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>
<p><b>9</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Sopa de cocido (135g 3R)</p> <p>Segundo: Magro con patatas (30g 1R)</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>10</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz a la cubana (160g 4R)</p> <p>Segundo: Pescado al horno con salteado de verduras</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>11</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de verduras (patata 130g 2R)</p> <p>Segundo: Tortilla de patata (120g 1R) con jamón</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (40g 2R)</p>	<p><b>12</b></p> <p>Entrante: York y queso</p> <p>Primero: Ensalada de pasta (135g 3R) vegetales, cherrys, aguacate, atún y huevo</p> <p>Segundo: Bacalao al horno con guisantes (100g 1R)</p> <p>Postre: Lácteo desnatado (1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>13</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Garbanzos con verduras (150g 3R)</p> <p>Segundo: Pollo al horno con zanahoria</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (40g 2R)</p>
<p><b>16</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Fideuà (135g 3R) de pescado y marisco</p> <p>Segundo: Revuelto de huevos con jamón y patatas (30g 1R)</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>17</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Lentejas con verduras (150g 3R)</p> <p>Segundo: Pavo al curry con cous cous (45g 1R)</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>18</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Arroz tres delicias (160g 4R)</p> <p>Segundo: Merluza en salsa permitida</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>19</b></p> <p>Entrante: Ensalada fresca de temporada</p> <p>Primero: Crema de legumbres (150g 3R)</p> <p>Segundo: Hamburguesa plancha con patatas fritas (30g 1R)</p> <p>Postre: Fruta (100g 1R) Pan (20g 1R)</p>	<p><b>20</b></p> <p>Entrante: Nachos (20g 1R) con queso</p> <p>Primero: Caracolas a los 4 quesos (180g 4R)</p> <p>Segundo: Pollo a la plancha con pimiento</p> <p>Postre: Lácteo desnatado (1R) Pan (20g 1R)</p>
<p><b>23</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>24</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>25</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>26</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>27</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>
<p><b>30</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>31</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>32</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>33</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>	<p><b>34</b></p> <p>Entrante:</p> <p>Primero:</p> <p>Segundo:</p> <p>Postre:</p>