



**GENER 2026**  
**MENÚ BASAL**

## FRUITES DE TEMPORADA:

## Banana, Poma, Pera, Persimon i Mandarina

## VALOR DIFERENCIAL



## AL·LERGÒGENS



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

Disposem de menús adaptats a l'edat dels nens, diètes, al·lèrgies, celiacia, etc. L'avaluació nutricional es basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Maig sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

**La informació sobre els al·lergògens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.**


**ENERO 2026  
MENÚ BASAL**
**FRUTAS DE TEMPORADA:**Banana, Manzana, Pera,  
Persimon y Mandarina**VALOR DIFERENCIAL****ALÉRGENOS**

Aval. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)  
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - [www.colevisa.com](http://www.colevisa.com)  
[colevisa@colevisa.com](mailto:colevisa@colevisa.com) - [www.facebook.com/colevisa](https://www.facebook.com/colevisa)

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiacia, 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>1</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>2</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>5</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>6</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>7</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>8</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>9</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>10</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>11</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>12</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>13</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>14</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>15</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>16</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>17</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>18</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>19</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>20</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>21</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>22</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>23</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>24</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>25</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>26</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>27</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>28</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>29</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	
<b>30</b>	<b>Entrante</b>	Kcal
	<b>Primerº</b>	Prot
	<b>Ca</b>	
	<b>Fe</b>	
	<b>HdC</b>	
	<b>LIP</b>	
	<b>Cena</b>	

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Manzana, Pera,  
Persimon y Mandarina

**ALÉRGENOS**


1	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	1	Entrante Primero Segundo Postre		
2	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	2	Entrante Primero Segundo Postre		
5	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	7	Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten con boloñesa vegetal permitida Merluza enharinada (maízena) con brócoli Fruta	8	Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Albóndigas permitidas guisadas con arroz integral Yogur**	
6	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	8	Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Albóndigas permitidas guisadas con arroz integral Yogur**	9	Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla de patatas con pisto Fruta	
12	Entrante Primero Segundo Postre	13	Ensalada fresca de temporada Crema de alubias y coliflor Arroz a la cubana Merluza a la plancha con alcachofas Fruta	14	Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten napolitana con queso Revuelto de patatas con jamón Fruta	15	Ensalada fresca de temporada Sopa minestrone (pasta sin gluten) Pizza sin gluten con ingredientes permitidos Yogur**
13	Ensalada fresca de temporada Crema de alubias y coliflor Arroz a la cubana Merluza a la plancha con alcachofas Fruta	14	Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten napolitana con queso Revuelto de patatas con jamón Fruta	15	Ensalada fresca de temporada Sopa minestrone (pasta sin gluten) Pizza sin gluten con ingredientes permitidos Yogur**	16	Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres permitidas Lomo en salsa permitida con pasta sin gluten Fruta
19	Entrante Primero Segundo Postre	20	Entrante Primero Segundo Postre	21	Entrante Primero Segundo Postre	22	Entrante Primero Segundo Postre
19	Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten con boloñesa permitida Merluza al horno con verduras Fruta	20	Entrante Primero Segundo Postre	21	Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta sin gluten Ragout de pavo con patata Fruta	22	Ensalada fresca de temporada Arroz tres delicias** Merluza enharinada (maízena) Yogur**
26	Entrante Primero Segundo Postre	27	Entrante Primero Segundo Postre	28	Entrante Primero Segundo Postre	29	Entrante Primero Segundo Postre
26	Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Hamburguesa permitida plancha con patatas Fruta	27	Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten napolitana Nuggets de pescado (maízena) con zanahoria Fruta	28	Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Magro con salsa permitida con quinoa Fruta	29	Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo Merluza con verduras Yogur**
30	Entrante Primero Segundo Postre					30	Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta sin gluten Longanizas permitidas con habas Fruta

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Manzana, Pera,  
Persimon y Mandarina

**ALÉRGENOS**

		
		
		
		
		

1	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre
2	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre
5	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	7	Ensalada fresca de temporada Pasta con bolloñesa vegetal permitida (sin lácteos) Merluza enharinada casera** con brócoli Fruta
6	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	8	Ensalada fresca de temporada Crema de verduras (sin lácteos) Magro** en salsa permitida con arroz Fruta
9	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	10	Ensalada fresca de temporada Pasta napolitana (sin lácteos) Revuelto de patatas con jamón Fruta
11	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	12	Ensalada fresca de temporada Crema de alubias y coliflor Pechuga con tumbet Fruta
13	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	14	Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Merluza a la plancha con alcachofas Fruta
15	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	16	Ensalada fresca de temporada Sopa minestrone (caldo de ave) Pizza permitida Fruta
17	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	18	Ensalada fresca de temporada Pasta con bolloñesa permitida (sin lácteos) Merluza al horno con verduras Fruta
19	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	20	FESTIVO Primero Segundo Postre
21	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	22	Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Ragout de pavo con patatas Fruta
23	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	24	Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Pechuga a la plancha con patatas Fruta
25	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	26	Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Hamburguesa permitida plancha con patatas Fruta
27	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	28	Ensalada fresca de temporada Pasta napolitana (sin lácteos) Nuggets de pescado casero con zanahoria Fruta
29	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	30	Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo Merluza con verduras Fruta
31	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	32	Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Pollo a la plancha con habas Fruta

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Manzana, Pera,  
Persimon y Mandarina

**ALÉRGENOS**

		
		
		
		
		

<b>1</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>2</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>3</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>4</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>5</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>6</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>7</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>8</b> Entrante Primero Segundo Postre Yogur	<b>9</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta
<b>10</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>11</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>12</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>13</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>14</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>15</b> Entrante Primero Segundo Postre Yogur	<b>16</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>17</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>18</b> Entrante Primero Segundo Postre
<b>19</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>20</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>21</b> Entrante Primero Segundo Postre Fruta	<b>22</b> Entrante Primero Segundo Postre Yogur	<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>28</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>29</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>30</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>31</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>32</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>33</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>34</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>35</b> Entrante Primero Segundo Postre	<b>36</b> Entrante Primero Segundo Postre

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Manzana, Pera,  
Persimon y Mandarina

**ALÉRGENOS**

		
		
		
		
		

1	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre
2	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre
5	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	7 Ensalada fresca de temporada Pasta especial con boloñesa vegetal permitida Merluza enharinada casera (sin huevo) Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Albóndigas permitidas guisadas con arroz integral Yogur
6	Entrante Primero Segundo Postre	Entrante Primero Segundo Postre	7 Ensalada fresca de temporada Pasta especial con boloñesa vegetal permitida Merluza enharinada casera (sin huevo) Fruta	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla vegana de patatas con pisto Fruta
12	Entrante Primero Segundo Postre	13 Entrante Primero Segundo Postre	14 Entrante Primero Segundo Postre	15 Entrante Primero Segundo Postre
13	Ensalada fresca de temporada Crema de alubias y coliflor Pechuga con tumbet Fruta	Ensalada fresca de temporada Arroz con tomate y verduras Merluza a la plancha con alcachofas Fruta	Ensalada fresca de temporada Pasta especial napolitana Tortilla vegana de patatas con jamón Fruta	Ensalada fresca de temporada Sopa minestrone con pasta especial Pizza permitida Yogur
19	Entrante Primero Segundo Postre	20 Entrante Primero Segundo Postre	21 Entrante Primero Segundo Postre	22 Entrante Primero Segundo Postre
20	Ensalada fresca de temporada Pasta especial con boloñesa permitida Merluza al horno con verduras Fruta	FESTIVO Primero Segundo Postre	Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido pasta especial Ragout de pavo con patatas Fruta	Ensalada fresca de temporada Arroz de verduras Merluza enharinada casera** (sin huevo) Yogur
26	Entrante Primero Segundo Postre	27 Entrante Primero Segundo Postre	28 Entrante Primero Segundo Postre	29 Entrante Primero Segundo Postre
27	Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Hamburguesa permitida plancha con patatas Fruta	Ensalada fresca de temporada Pasta especial napolitana Nuggets de pescado (sin huevo) con zanahoria Fruta	Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Goulash de magro con cous cous* Fruta	Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo Merluza con verduras Yogur
28	Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Hamburguesa permitida plancha con patatas Fruta	Ensalada fresca de temporada Pasta especial napolitana Nuggets de pescado (sin huevo) con zanahoria Fruta	Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Goulash de magro con cous cous* Fruta	Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido pasta especial Longanizas permitidas con habas Fruta
29	Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Hamburguesa permitida plancha con patatas Fruta	Ensalada fresca de temporada Pasta especial napolitana Nuggets de pescado (sin huevo) con zanahoria Fruta	Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Goulash de magro con cous cous* Fruta	Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido pasta especial Longanizas permitidas con habas Fruta
30	Ensalada fresca de temporada Lentejas con arroz Hamburguesa permitida plancha con patatas Fruta	Ensalada fresca de temporada Pasta especial napolitana Nuggets de pescado (sin huevo) con zanahoria Fruta	Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Goulash de magro con cous cous* Fruta	Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido pasta especial Longanizas permitidas con habas Fruta


**ENERO  
2026  
SIN PESCADO**
**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Manzana, Pera,  
Persimon y Mandarina

**ALÉRGENOS**

Entrante
Primero
Segundo
Postre

Entrante
Primero
Segundo
Postre

Entrante
Primero
Segundo
Postre

1 Entrante
Primero
Segundo
Postre

2 Entrante
Primero
Segundo
Postre

5 Entrante
Primero
Segundo
Postre

6 Entrante
Primero
Segundo
Postre

7 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Pasta con boloñesa vegetal permitida
Pollo al horno con brócoli
Fruta

8 Entrante
Ensalada ECO de temporada
Crema de verduras
Albóndigas permitidas guisadas con arroz integral
Yogur

9 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Garbanzos con verduras
Tortilla de patatas con pisto
Fruta

12 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Crema de alubias y coliflor
Pollo empanado con tumbet
Fruta

13 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Arroz con tomate y verduras
Lomo a la plancha con alcachofas
Fruta

14 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Espirales napolitana con queso
Revuelto de patatas con jamón
Fruta

15 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Sopa minestrone
Pizza permitida
Yogur

16 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Lentejas con verduras
Lomo en salsa permitida con caracolas
Fruta

19 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Pasta con boloñesa
Pollo al horno con verduras
Fruta

20 Entrante
FESTIVO
Pasta con boloñesa
Pollo al horno con verduras
Fruta

21 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Sopa de cocido
Ragout de pavo con patatas
Fruta

22 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Arroz de verduras
Pollo en salsa
Yogur

23 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Crema de legumbres
Pechuga a la plancha con patatas
Fruta

26 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Lentejas con arroz
Hamburguesa mixta con patatas
Fruta

27 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Espirales napolitana
Nuggets de pollo** con zanahoria
Fruta

28 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Alubias con verduras
Goulash de magro con cous cous
Fruta

29 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Arroz con pollo
Pechuga a la plancha con verduras
Yogur

30 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Sopa de cocido
Longanizas permitidas con habas
Fruta


**ENERO  
2026  
DIABÉTICO (6R)**
**FRUTAS DE TEMPORADA:**
 Banana, Manzana, Pera,  
 Persimon y Mandarina
**ALÉRGENOS**

Entrante
Primero
Segundo
Postre

Entrante
Primero
Segundo
Postre

Entrante
Primero
Segundo
Postre

1 Entrante
Primero
Segundo
Postre

2 Entrante
Primero
Segundo
Postre

5 Entrante
Primero
Segundo
Postre

6 Entrante
Primero
Segundo
Postre

7 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Macarrones integrales con boloñesa vegetal (180g 4R)
Merluza al horno con brócoli
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

8 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Crema de verduras (patata 195g 3R)
Albóndigas guisadas con arroz integral (100g 2,5R)
Yogur (0,5 R)

9 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Garbanzos con verduras (150g 3R)
Tortilla de patatas (120g 1R) con pisto
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

12 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Crema de alubias (200g 4R)
Pechuga con tumbet
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

13 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Arroz a la cubana (160g 4R)
Merluza plancha con alcachofas
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

14 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Espirales napolitana (180g 4R) con queso
Revuelto de huevos con jamón
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

15 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Sopa de minestrone (135g 3R)
Pizza (80g 2R)
Yogur (0,5 R) Pan (10g 0,5R)

16 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Lentejas con verduras (150g 3R)
Lomo a la plancha con caracolas (90g 2R)
Fruta (1R)

19 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Espaguetis integrales bolonésa (180g 4R)
Merluza lactonesa
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

20 Entrante
FESTIVO
Primero
Segundo
Postre

21 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Sopa de cocido (90g 2R)
Ragout de pavo con patatas (60g 2R)
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

22 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Arroz tres delicias (160g 4R)
Merluza al horno
Yogur (0,5 R) Pan (30g 1,5R)

23 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Crema de legumbres (200g 4R)
Pechuga a la crema con patatas (35g 1R)
Fruta (1R)

26 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Lentejas con arroz (lentejas 150g 3R, arroz 40g 1R)
Hamburguesa plancha con patatas (35g 1R)
Fruta (1R)

27 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Espirales napolitana (180g 4R)
Pescado al horno con zanahoria
Fruta (1R) Pan (20g 1R)

28 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Alubias con calabaza (150g 3R)
Goulash de magro con coucous (90g 2R)
Fruta (1R)

29 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Arroz con pollo (180g 4R)
Merluza con verduras
Yogur (0,5 R) Pan (30g 1,5R)

30 Entrante
Ensalada fresca de temporada
Sopa de ave (90g 2R)
Longanizas con habas (100g 2R)
Fruta (1R) Pan (20g 1R)