

SIN GLUTEN
***Solo condimentos permitidos

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus permitido Pasta sin gluten con carbonara permitida Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Panini sin gluten italiana Crema de verduras Tortilla de patatas con pan sin gluten con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de cocido con pasta sin gluten Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tosta sin gluten con tomate Arroz con acelgas Merluza horno con zanahoria Lácteo**	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con arroz Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	11 Crema de puerros Pasta sin gluten con tomate y atún Merluza en salsa permitida Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido con pasta sin gluten Cocido permitido (embutidos permitidos) Lácteo**	13 Panini sin gluten de trampó Huevos al horno con tomate y queso Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Lomo a la plancha con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus permitido Guisado de sepia con patatas y zanahoria Longanizas permitidas con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos sin gluten a la cazuela con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tosta sin gluten con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Panini sin gluten de verduras con aguacate y queso Paella de pollo Lácteo**	21 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pizza sin gluten con ingredientes permitidos Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus permitido Pasta sin gluten napolitana Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Albóndigas permitidas en salsa con patatas Fruta	26 Hummus permitido Arroz a la cubana Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo a la plancha con ensalada Lácteo**	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN GLUTEN, APLV
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus de garbanzos Pasta sin gluten con tomate y champiñones Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Panini sin gluten ing. Permitidos Crema de verduras Tortilla de patatas con pan sin gluten con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tosta sin gluten con tomate Arroz con acelgas Merluza horno con zanahoria Fruta	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo** a la plancha con arroz Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Tortilla de patatas con york Fruta	11 Crema de puerros Pasta sin gluten con tomate y atún (sin lácteos) Merluza en salsa permitida Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta sin gluten Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Fruta	13 Panini sin gluten de trampó Huevos al horno con tomate (sin lácteos) Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Lomo** a la plancha con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus de garbanzos Guisado de sepia con patatas y zanahoria Pavo a la plancha con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos sin gluten a la cazuela con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tosta sin gluten con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Panini sin gluten de verduras con aguacate Paella de pollo Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pizza sin gluten con ingredientes permitidos (sin lácteos) Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus de garbanzos Pasta sin gluten napolitana (sin lácteos) Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Lomo* en salsa con patatas Fruta	26 Hummus permitido Arroz a la cubana Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con pasta sin gluten Pollo a la plancha con ensalada Fruta	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN HUEVO, FRUTOS SECOS
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus permitido Pasta especial con carbonara permitida Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Panini italiana Crema de legumbres Magro con patatas Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de cocido pasta especial Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tosta con tomate Arroz con acelgas Merluza horno con zanahoria Lácteo	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Goulash de magro con cous cous* Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pechuga de pollo plancha con patatas Fruta	11 Crema de puerros Pasta especial con tomate y atún Merluza en salsa permitida Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido pasta especial Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Lácteo	13 Panini ing. permitidos Pollo horno con tomate Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Lomo a la plancha con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus permitido Guisado de sepia con patatas y zanahoria Longanizas permitidas con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos (pasta especial) a la cazuela con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Lomo plancha con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Burrito* vegetal con aguacate y queso Paella de pollo Lácteo	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus permitido Pasta especial napolitana Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Albóndigas permitidas en salsa con trigo tierno Fruta	26 Falafel permitido Arroz con tomate y verduras Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con pasta especial Pollo a la plancha con ensalada Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

HIPOCALÓRICA - HIPOSÓDICO
Legumbres - 150g; Pan/tosta - 20g;
Pasta/arroz - 120g; Tortilla - 1 porción;
Guarniciones HC - 30g; Sopa - 90g

***Sin añadir sal a las comidas

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus de garbanzos Espaguetis con tomate y champiñones Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Coca italiana Crema de legumbres Tortilla de patatas con pan con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de ave Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tosta con tomate Arroz con acelgas vegetal Merluza horno con zanahoria Lácteo	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Goulash de magro con cous cous Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	11 Crema de puerros Macarrones integrales con tomate y atún Merluza a la plancha con verduras Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cocido permitido (pollo con verduras y garbanzos) Lácteo	13 Coca de trampó Huevos al horno con tomate y queso Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Lomo a la plancha con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus Guisado de sepia con patatas y zanahoria Pavo a la plancha con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos a la cazuela con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas cocidas Fruta	20 Ensalada de temporada Burrito vegetal con aguacate y queso Paella de pollo Lácteo	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pizza de verduras Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus de garbanzos Espirales napolitana Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Lomo plancha con trigo tierno Fruta	26 Falafel Arroz con tomate y verduras Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con estrellas Pollo a la plancha con ensalada Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN FRUTOS SECOS
*** Sólo condimentos permitido

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus permitido Pasta con carbonara permitida Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Panini italiana Crema de legumbres Tortilla de patatas con pan con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de ave Pollo al horno con patatas* Fruta	6 Tosta con tomate Arroz con acelgas Merluza horno con zanahoria Lácteo	7 Ensalada permitida Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con cous cous Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada permitida Lentejas con verduras Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	11 Crema de puerros Macarrones integrales con tomate y atún Merluza en salsa permitida Fruta	12 Aros de cebolla* Sopa de ave Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Lácteo	13 Panini ing. permitidos Huevos al horno con tomate y queso Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Escalope de pollo con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus permitido Guisado de sepia con patatas y zanahoria Longanizas permitidas con tomate Fruta	18 Ensalada permitida Fideos a la cazuela con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Burrito* vegetal permitido con aguacate y queso Paella de pollo Lácteo	21 Ensalada permitida Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus permitido Espirales napolitana Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada permitida Crema de legumbres Albóndigas permitidas en salsa con trigo tierno Fruta	26 Falafel permitido Arroz a la cubana Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con estrellas Pollo a la plancha con ensalada Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN LACTOSA/APLV
**solo condimentos permitidos

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus permitido Espaguetis con tomate y champiñones (sin lácteos) Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Panini ing. permitidos Crema de legumbres Tortilla de patatas con pan con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de ave Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tosta con tomate Arroz con acelgas Merluza horno con zanahoria Fruta	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo** a la plancha con cous cous Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de patatas con york Fruta	11 Crema de puerros Macarrones integrales con tomate y atún (sin lácteos) Merluza en salsa permitida Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Fruta	13 Panini ing. permitidos Huevos al horno con tomate (sin lácteos) Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Escalope de pollo con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus permitido Guisado de sepia con patatas y zanahoria Pavo a la plancha con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos a la cazuela con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Burrito* vegetal con aguacate Paella de pollo Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus permitido Pasta napolitana (sin lácteos) Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Lomo** en salsa con trigo tierno Fruta	26 Falafel permitido Arroz a la cubana Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con estrellas Pollo a la plancha con ensalada Fruta	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN PESCADO, MARISCO
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus permitido Pasta con carbonara permitida Pavo al horno con tomate y pimienta Fruta	4 Panini italiana Crema de legumbres Tortilla de patatas con pan con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de cocido Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tosta con tomate Arroz con acelgas Tortilla francesa con zanahoria Lácteo	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Goulash de magro con cous cous Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	11 Crema de puerros Macarrones integrales italiana Pollo en salsa permitida Fruta	12 Aros de cebolla Sopa de cocido Cocido completo Lácteo	13 Panini ing. permitidos Huevos al horno con tomate y queso Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Escalope de pollo con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus permitido Guiso de legumbres con patata y zanahoria Longanizas permitidas con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos a la cazuela con pollo Pollo al horno con verduras Fruta	19 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Croquetas permitidas Burrito* vegetal con aguacate y queso Paella de pollo Lácteo	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus permitido Espirales napolitana Tortilla francesa con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Albóndigas en salsa con trigo tierno Fruta	26 Falafel permitido Arroz a la cubana Pavo plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con estrellas Pollo a la plancha con ensalada Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN LEGUMBRES
**SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Champiñones salteados Patatas con nata y champiñones Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Ensalada permitida Crema de verduras Tortilla de patatas con york** Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de ave con verduras (sin pasta) Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tomate con orégano Arroz con acelgas (sin legumbres) Merluza horno con zanahoria Lácteo	7 Ensalada fresca de temporada Espinacas salteadas Lomo** a la plancha con arroz Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Champiñones salteados Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	11 Crema de puerros Patatas con tomate y atún Merluza en salsa permitida Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con arroz Cocido permitido (pollo, patatas y verduras) Lácteo	13 Ensalada de trampó Huevos al horno con tomate y queso Arroz vegetal* Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Lomo** a la plancha con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Champiñones salteados Guisado de sepia con patatas y zanahoria Pavo a la plancha con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Arroz salteado con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tomate con orégano Crema de calabaza y boniato Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Tortilla de maíz vegetal con aguacate y queso Pollo al horno Lácteo	21 Ensalada fresca de temporada Quinoa especiada Pechuga a la plancha con verduras Fruta
Comida / Dinar	24 Champiñones salteados Patatas napolitana Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Lomo** en salsa permitida con patatas Fruta	26 Ensalada de temporada Arroz a la cubana Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con arroz Pollo a la plancha con ensalada Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

OVOLACTOVEGETARIANO

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Hummus de garbanzos Espaguetis con nata y champiñones Falafel con tomate y pimiento Fruta	4 Coca italiana Crema de legumbres Tortilla de patatas con pan con aceite Fruta	5 Verduras salteadas Sopa vegetal Hamburguesa de legumbres con patatas Fruta	6 Tosta con tomate Arroz con acelgas vegetal Tortilla francesa con zanahoria Lácteo	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Cous cous con verduras y soja texturizada Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Tortilla de patatas con queso fresco Fruta	11 Crema de puerros Macarrones integrales italiana Bocaditos veganos en salsa Fruta	12 Aros de cebolla Sopa vegetal Cocido vegetal (patatas, verduras y garbanzos) Lácteo	13 Coca de trampó Huevos al horno con bechamel Arroz vegetal Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Empanado vegano con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Hummus Guiso de legumbres y patata Longanizas veganas con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Fideos a la cazuela de verduras Falafel con mayonesa Fruta	19 Tosta con tomate Garbanzos con verduras Revuelto de huevos con patatas Fruta	20 Croquetas veganas Burrito vegetal con aguacate y queso Paella de verduras y legumbres Lácteo	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pizza de verduras Fruta
Comida / Dinar	24 Hummus de garbanzos Espirales napolitana Tortilla francesa con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres Albóndigas vegetales con trigo tierno Fruta	26 Falafel con salsa de yogur Arroz con tomate y verduras Tofu con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa vegetal Empanado vegano con ensalada Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

DIABÉTICA (5 RACIONES)

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Ensalada fresca de temporada Espaguetis carbonara (180g 4R) Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta (1R)	4 Coca (20g 1R) italiana Crema de legumbres (150g 3R) Tortilla francesa con york Fruta (1R)	5 Verduras salteadas Sopa de cocido (90g 2R) Pollo al horno con patatas (70g 2R) Fruta (1R)	6 Tomate con orégano Arroz con acelgas (160g 4R) Merluza horno con zanahoria Lácteo (1R)	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras (150g 3R) Goulash de magro con cous cous (45g 1R) Fruta (1R)
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras (150g 3R) Tortilla de patatas (120g 1R) con queso fresco Fruta (1R)	11 Crema de puerros Macarrones integrales con tomate y atún (180g 4R) Merluza a la marinera Fruta (1R)	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido (90g 2R) Carne de cocido con verduras, patata (65g 1R) y garbanzos (75g 1,5R) Lácteo (0,5 R)	13 Ensalada de trampó Huevos al horno con tomate y queso Arroz vegetal (160g 4R) Fruta (1R)	14 Champiñones salteados Crema de verduras (patata 195g 3R) Lomo a la plancha con pisto Fruta (1R) Pan (20g 1R)
Comida / Dinar	17 Ensalada fresca de temporada Guisado de sepia con patatas c.(195g 3R) y zanahoria Longanizas plancha con tomate Fruta (1R) Pan (20g 1R)	18 Ensalada fresca de temporada Fideos a la cazuela con pollo (180g 4R) Salmón al horno con verduras Fruta (1R)	19 Tomate con orégano Garbanzos con verduras (150g 3R) Revuelto de huevos con patatas (30g 1R) Fruta (1R)	20 Ensalada de temporada Burrito (30g 1,5R) vegetal con aguacate y queso Paella de pollo (120g 3R) Lácteo (0,5 R)	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras (150g 3R) Pizza Colevisa (40g 1R) Fruta (1R)
Comida / Dinar	24 Ensalada fresca de temporada Espirales napolitana (135g 3R) Bacalao al horno con verduras Fruta (1R) Pan (20g 1R)	25 Ensalada fresca de temporada Crema de legumbres (150g 3R) Albóndigas en salsa permitida con trigo tierno (40g 1R) Fruta (1R)	26 Falafel Arroz a la cubana (160g 4R) Merluza en salsa mery con brócoli Fruta (1R)	27 Verduras salteadas Sopa de ave con estrellas (135g 3R) Pollo plancha con ensalada Lácteo (0,5 R) Pan (30g 1,5R)	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN HUEVO, LEGUMBRES,
FRUTOS SECOS
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar					
Comida / Dinar	3 Champiñones salteados Patatas con nata y champiñones Bacalao al horno con tomate y pimiento Fruta	4 Ensalada permitida Crema de verduras Magro con patatas Fruta	5 Verduras salteadas Sopa de ave con verduras (sin pasta) Pollo al horno con patatas Fruta	6 Tomate con orégano Arroz con acelgas (sin legumbres) Merluza horno con zanahoria Lácteo	7 Ensalada fresca de temporada Espinacas salteadas Lomo** a la plancha con arroz Fruta
Comida / Dinar	10 Ensalada fresca de temporada Champiñones salteados Pechuga de pollo plancha con patatas Fruta	11 Crema de puerros Patatas con tomate y atún Merluza en salsa permitida Fruta	12 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con arroz Cocido permitido (pollo, patatas y verduras) Lácteo	13 Ensalada de trampó Pollo horno con tomate Arroz vegetal* Fruta	14 Champiñones salteados Crema de verduras Lomo** a la plancha con pisto Fruta
Comida / Dinar	17 Champiñones salteados Guisado de sepia con patatas y zanahoria Pavo a la plancha con tomate Fruta	18 Ensalada fresca de temporada Arroz salteado con pollo Salmón al horno con verduras Fruta	19 Tomate con orégano Crema de calabaza y boniato Lomo** plancha con patatas Fruta	20 Ensalada de temporada Tortilla de maíz vegetal con aguacate y queso Pollo al horno Lácteo	21 Ensalada fresca de temporada Quinoa especiada Pechuga a la plancha con verduras Fruta
Comida / Dinar	24 Champiñones salteados Patatas napolitana Bacalao al horno con verduras Fruta	25 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Lomo** en salsa permitida con patatas Fruta	26 Ensalada de temporada Arroz con tomate y verduras Merluza a la plancha con brócoli Fruta	27 Verduras salteadas Sopa de ave con arroz Pollo plancha con mazorca Lácteo	28 FESTIVO



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

usuario: purisima_palma
contraseña: 1441_purisima_palma

Febrero - 2025 MENU MENSUAL LA PURISIMA PALMA 2ºOPCION

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Fresón
Naranja

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1441

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.

<p>3</p> <p>Humus de garbanzos</p> <p>Espaguetis integrales a la carbonara</p> <p>Bacalao a la vizcaína</p> <p>Fruta</p> <p>Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta</p>	<p>4</p> <p>Coca italiana de tomate y albahaca</p> <p>Crema de legumbres</p> <p>Tortilla de atún y pan con aceite y sal</p> <p>Fruta</p> <p>Ensalada completa Pizza casera de verduras frescas de temporada</p>	<p>5</p> <p>Tempura de verduras</p> <p>Sopa de cocido con verduras ECO</p> <p>Fingers de pollo con patatas</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Escalivada Pescado al papillote /Fruta</p>	<p>6</p> <p>Tosta de sobrasada y miel</p> <p>Arroz con acelgas</p> <p>Filete de merluza al horno con zanahoria</p> <p>Lácteo</p> <p>Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta</p>	<p>7</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Garbanzos con espinacas</p> <p>Lomo de cerdo a la plancha con cous cous</p> <p>Fruta</p> <p>Wok de verduras Huevo /Fruta</p>
<p>10</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas al curry con manzana</p> <p>Tortilla de calabacín con queso fresco</p> <p>Fruta</p> <p>Crema de puerros Sandwich vegetal /Fruta</p>	<p>11</p> <p>Vichyssoise (crema de puerros)</p> <p>Macarrones integrales con atún y tomate</p> <p>Calamares a la romana</p> <p>Fruta</p> <p>Judías verdes salteadas Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p>12</p> <p>Aros de cebolla</p> <p>Sopa de cocido con verduras</p> <p>Ternera en salsa</p> <p>Lácteo</p> <p>Zanahoria aliñada con guisantes Pescado azul /Fruta</p>	<p>13</p> <p>Coca de trampó</p> <p>Huevos gratinados con bechamel</p> <p>Pechuga de pollo plancha</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Alcachofas salteadas Carne de ave /Fruta</p>	<p>14</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Crema de verduras de temporada con tostones integrales</p> <p>Lomo de cerdo a la plancha con pisto</p> <p>Fruta</p> <p>Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al limón /Fruta</p>
<p>17</p> <p>Humus de zanahoria</p> <p>Guisado de sepia con patatas y zanahoria</p> <p>Pechuga de pavo a la plancha con tomate</p> <p>Fruta</p> <p>Tosta de hummus Tortilla de cebolla /Fruta</p>	<p>18</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fideos a la cazuela con pollo</p> <p>Salmón al horno con verduras</p> <p>Fruta</p> <p>Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne blanca /Fruta</p>	<p>19</p> <p>Tosta de tomate natural rallado con albahaca fresca</p> <p>Garbanzos con calabaza y boniato</p> <p>Tortilla campera</p> <p>Fruta</p> <p>Parrillada de verduras Pescado blanco /Fruta</p>	<p>20</p> <p>Croquetas</p> <p>Burrito vegetal con aguacate y queso</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Yogur Artesano</p> <p>Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta</p>	<p>21</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas con verduras P/ECO</p> <p>Hamburguesa a la plancha</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Patatas al micro con aceite, sal y pimentón Hamburguesa de merluza /Fruta</p>
<p>24</p> <p>Humus de garbanzos</p> <p>Espirales a la napolitana</p> <p>Bacalao confitado con guisantes</p> <p>Fruta</p> <p>Sopa juliana Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p>	<p>25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Puré de legumbres con leche de coco con tostones</p> <p>Lomo en salsa con trigo tierno</p> <p>Fruta</p> <p>Berenjena gratinada al horno Pescado al papillote /Fruta</p>	<p>26</p> <p>Falafel con salsa de yogur</p> <p>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>Varitas de merluza con brócoli</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Chips de boniato al horno Carne blanca magra /Fruta</p>	<p>27</p> <p>Tempura de verduras</p> <p>Sopa de estrellitas</p> <p>Pechuga de pollo plancha con ensalada</p> <p>Lácteo</p> <p>Calabaza y patata al microondas Pescado blanco /Fruta</p>	<p>28</p> <p>Festivo</p>
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>

feb-25	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEM 1	Puré de merluza; patata, tomate, puerro, judías verdes Triturado de fruta natural	Puré de alubias; patata, tomate, zanahoria. Triturado de fruta natural	Puré de pollo; patata, zanahoria, puerro. Triturado de fruta natural	Puré de merluza; patata, zanahoria, puerro, nabo. Triturado de fruta natural	Puré de ternera; cebolla zanahoria, patata, judías verdes. Triturado de fruta natural
SEM 2	Puré de lentejas; boniato, zanahoria, puerro, tomate. Triturado de fruta natural	Puré de merluza; patata, tomate, puerro, judías verdes Triturado de fruta natural	Puré de pollo; patata, zanahoria, puerro, nabo. Triturado de fruta natural	Puré de garbanzos; cebolla zanahoria, patata, judías verdes. Triturado de fruta natural	Puré de pollo; boniato, zanahoria, puerro, nabo. Triturado de fruta natural
SEM 3	Puré de ternera; cebolla zanahoria, patata, judías verdes. Triturado de fruta natural	Puré de merluza; patata, tomate, puerro, judías verdes Triturado de fruta natural	Puré de garbanzos; cebolla zanahoria, patata, judías verdes. Triturado de fruta natural	Puré de pollo; patata, zanahoria, puerro. Triturado de fruta natural	Puré de lentejas; boniato, zanahoria, puerro, tomate. Triturado de fruta natural
SEM 4	Puré de merluza; patata, zanahoria, puerro, nabo. Triturado de fruta natural	Puré de ternera; cebolla zanahoria, patata, judías verdes. Triturado de fruta natural	Puré de merluza; patata, tomate, puerro, judías verdes Triturado de fruta natural	Puré de pollo; patata, zanahoria, puerro. Triturado de fruta natural	FESTIVO
SEM 5					

usuario: purisima_palma
contraseña: 1441_purisima_palma

Febrero - 2025 MENU MENSUAL LA PURISIMA PALMA ADAPTADO

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Fresón
Naranja

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1441

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.

<p>3</p> <p>E</p> <p>1º Espaguetis con tomate</p> <p>2º Filete de merluza al horno con verduras</p> <p>P Fruta</p> <p>Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta</p> <p>KCAL 489,93 PROT 598,40 CA 33,25g FE 282,47mg HDC 3,99mg LIP 83,65g LIP 20,38g</p>	<p>4</p> <p>E</p> <p>1º Crema de legumbres</p> <p>2º Tortilla de patata</p> <p>P Fruta</p> <p>Ensalada completa Pizza casera de verduras frescas de temporada</p> <p>KCAL 604,93 PROT 21,02g CA 21,02g FE 129,15mg HDC 6,66mg LIP 87,00g LIP 19,07g</p>	<p>5</p> <p>E</p> <p>1º Sopa de cocido con verduras ECO</p> <p>2º Pollo deshuesado con patatas</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Escalivada Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 603,11 PROT 34,40g CA 104,47mg FE 6,48mg HDC 80,59g LIP 20,94g</p>	<p>6</p> <p>E</p> <p>1º Arroz de verduras</p> <p>2º Filete de merluza plancha con zanahoria</p> <p>P Lácteo</p> <p>Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL 841,78 PROT 26,38g CA 272,90mg FE 3,49mg HDC 76,35g LIP 21,25g</p>	<p>7</p> <p>E</p> <p>1º Garbanzos con espinacas</p> <p>2º Goulash de pavo con arroz blanco</p> <p>P Fruta</p> <p>Wok de verduras Huevo /Fruta</p> <p>KCAL 841,78 PROT 37,48g CA 196,70mg FE 9,65mg HDC 126,25g LIP 19,17g</p>
<p>10</p> <p>E</p> <p>1º Lentejas con verduras</p> <p>2º Tortilla de patata con queso fresco</p> <p>P Fruta</p> <p>Crema de puerros Sandwich vegetal /Fruta</p> <p>KCAL 754,09 PROT 39,55g CA 177,37mg FE 9,36mg HDC 102,50g LIP 21,30g</p>	<p>11</p> <p>E</p> <p>1º Macarrones con tomate</p> <p>2º Filete de merluza plancha con tomate natural</p> <p>P Fruta</p> <p>Judías verdes salteadas Carne magra de cerdo /Fruta</p> <p>KCAL 611,43 PROT 28,66g CA 123,40mg FE 4,43mg HDC 108,61g LIP 25,72g</p>	<p>12</p> <p>E</p> <p>1º Sopa de cocido con verduras</p> <p>2º Pollo al horno con patatas</p> <p>P Lácteo</p> <p>Zanahoria aliñada con guisantes Pescado azul /Fruta</p> <p>KCAL 628,83 PROT 39,70g CA 259,75mg FE 5,97mg HDC 59,81g LIP 31,72g</p>	<p>13</p> <p>E</p> <p>1º Arroz de verduras</p> <p>2º Tortilla francesa con queso fresco</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Alcachofas salteadas Carne de ave /Fruta</p> <p>KCAL 637,96 PROT 18,63g CA 137,85mg FE 3,89mg HDC 73,39g LIP 30,04g</p>	<p>14</p> <p>E</p> <p>1º Crema de verduras de temporada</p> <p>2º Pechuga de pollo plancha con pisto</p> <p>P Fruta</p> <p>Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL 390,08 PROT 16,43g CA 87,68mg FE 3,18mg HDC 49,30g LIP 14,30g</p>
<p>17</p> <p>E</p> <p>1º Guisado de patatas y verduras de temporada</p> <p>2º Pechuga de pavo a la plancha con tomate</p> <p>P Fruta</p> <p>Tosta de hummus Tortilla de cebolla /Fruta</p> <p>KCAL 861,23 PROT 36,09g CA 123,03mg FE 6,26mg HDC 84,79g LIP 41,39g</p>	<p>18</p> <p>E</p> <p>1º Fideos a la cazuela con pollo</p> <p>2º Filete de merluza al horno con verduras</p> <p>P Fruta</p> <p>Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL 643,28 PROT 36,27g CA 105,83mg FE 3,89mg HDC 90,07g LIP 29,56g</p>	<p>19</p> <p>E</p> <p>1º Garbanzos con calabaza y boniato</p> <p>2º Revuelto de patatas</p> <p>P Fruta</p> <p>Parrillada de verduras Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 679,19 PROT 27,11g CA 214,49mg FE 9,47mg HDC 90,36g LIP 23,29g</p>	<p>20</p> <p>E</p> <p>1º Crema de verduras de temporada</p> <p>2º Arroz con pollo</p> <p>P Yogur Artesano</p> <p>Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta</p> <p>KCAL 544,41 PROT 18,15g CA 222,42mg FE 2,44mg HDC 79,07g LIP 16,67g</p>	<p>21</p> <p>E</p> <p>1º Lentejas con verduras P/ECO</p> <p>2º Pechuga de pavo a la plancha con verduras</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Patatas al micro con aceite, sal y pimentón Hamburguesa de merluza /Fruta</p> <p>KCAL 633,82 PROT 42,26g CA 100,30mg FE 7,96mg HDC 63,57g LIP 22,70g</p>
<p>24</p> <p>E</p> <p>1º Espirales a la napolitana</p> <p>2º Filete de merluza al horno con guisantes</p> <p>P Fruta</p> <p>Sopa juliana Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p> <p>KCAL 618,27 PROT 30,98g CA 198,42mg FE 4,29mg HDC 80,90g LIP 20,37g</p>	<p>25</p> <p>E</p> <p>1º Crema de legumbres</p> <p>2º Pechuga de pavo a la plancha con verduras</p> <p>P Fruta</p> <p>Berenjena gratinada al horno Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 825,35 PROT 38,87g CA 105,15mg FE 6,94mg HDC 76,34g LIP 40,45g</p>	<p>26</p> <p>E</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>2º Filete de merluza plancha con brócoli</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Chips de boniato al horno Carne blanca magra /Fruta</p> <p>KCAL 726,99 PROT 30,71g CA 168,28mg FE 4,99mg HDC 87,50g LIP 28,38g</p>	<p>27</p> <p>E</p> <p>1º Sopa de estrellitas</p> <p>2º Pechuga de pollo plancha con verduras</p> <p>P Lácteo</p> <p>Calabaza y patata al microondas Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 547,06 PROT 34,07g CA 199,37mg FE 3,33mg HDC 64,89g LIP 28,05g</p>	<p>28</p> <p>E</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL</p>
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL</p>