

**2 Dilluns/Lunes**

Kc: 666 Pr: 32 Hc: 18 Gr: 83

E	Amanida: Enciam, tomaca i dacsà / Ensalada: Lechuga, tomate v maiz	
1P	Macarrons a la carbonarà / Macarrones a la carbonara	
2P	Skipper de bacallà amb albergina / Skipper de bacalao con berenià	
P	Fruita natural Llet	

Vedella a la planxa amb creïlles / Ternera a la planxa con patatas

3 Dimarts/Martes

Kc: 714 Pr: 39 Hc: 47 Gr: 60

E	Amanida: Enciam, ceba i tonyina / Ensalada: Lechuga, cebolla v atún	
1P	Crema de verdures mediterrànies / Crema de verduras mediterráneas	
2P	Pollastre al forn / Pollo al horno	
P	Crêpe de xocolata	

Lluç a la llima amb amanida / Merluza al limón con ensalada

4 Dimecres/Miércoles

Kc: 667 Pr: 47 Hc: 29 Gr: 43

E	Amanida: Enciam, tomaca i passes / Ensalada: Lechuga, tomate v pasas	
1P	Sopa d'au / Sopa de ave	
2P	Hamburguesa de vedella amb pèsols / Hamburguesa de ternera con guisantes	
P	Fruita natural	

Pit de pollastre amb verdura arrebossada / Pechuga de pollo con verdura rebozada

5 Dijous/Jueves

Kc: 808 Pr: 29 Hc: 71 Gr: 57

E	Pa amb oli / Pan con aceite	
1P	Llenties de la casa / Lentejas de la casa	
2P	Truita de creïlles / Tortilla de patatas	
P	Fruita natural	

Pizza de tonyina amb amanida / Pizza de atún con ensalada

6 Divendres/Viernes

Kc: 599 Pr: 22 Hc: 37 Gr: 62

E	Amanida: Enciam, dacsà i olives / Ensalada: Lechuga, maiz v aceitunas	
1P	Arròs rossejat / Arroz rossejat	
2P	Formatge amb creïlles xips / Queso con patatas chips	
P	Fruita natural	

Puré de creïlles i llonganisses / Puré de patatas y longanizas

9 Dilluns/Lunes

Kc: 697 Pr: 21 Hc: 36 Gr: 46

E	Amanida: Enciam, tomaca i nous / Ensalada: Lechuga, tomate v nueces	
1P	Bullit valencià / Hervido valenciano	
2P	Llonganisses amb samfaina / Longanizas con pisto	
P	Fruita natural Llet	

Sépia a la planxa amb salsa verda i verdures / Sepia a la plancha con salsa verde y verduras

10 Dimarts/Martes

Kc: 746 Pr: 36 Hc: 30 Gr: 78

E	Amanida: Enciam, dacsà i carlota / Ensalada: Lechuga, maiz v zanahoria	
1P	Arròs a la cubana / Arroz a la cubana	
2P	Lluç al forn amb verdures / Merluza al horno con verduras	
P	Làctic	

Amanida i brotxetes de de verdures i pollastre / Ensalada y brochetas de de verduras y pollo

11 Dimecres/Miércoles

Kc: 688 Pr: 35 Hc: 92 Gr: 21

E	Amanida: Enciam, tomaca i cogombre / Ensalada: Lechuga, tomate v pepino	
1P	Potatge de cigrons / Potaje de garbanzos	
2P	Pizza quatre estacions / Pizza cuatro estaciones	
P	Fruita natural	

Calamars amb salsa verda i bròquil / Calamares con salsa verde y brócoli

12 Dijous/Jueves

Kc: 640 Pr: 34 Hc: 27 Gr: 52

E	Amanida: Enciam, tomaca i olives / Ensalada: Lechuga, tomate v aceitunas	
1P	Sopa de peix / Sopa de pescado	
2P	Costelles a la mel amb creïlles / Costillas a la miel con patatas	
P	Fruita natural	

Fletan al forn amb mix de verdures / Fletan al horno con mix de verduras

13 Divendres/Viernes

Kc: 605 Pr: 20 Hc: 20 Gr: 81

E	Galetes salades / Galletitas saladas	
1P	Amanida completa / Ensalada completa	
2P	Fideuà de carn / Fideua de carne	
P	Fruita natural	

Xulletes de titot amb saltejat de verdures / Chuletas de pavo con salteado de verduras

Hàbit del Mes

Deixar tot arreplegat abans d'acudir a les activitats.

"DEL CAMP A LA TAULA"

Aquest centre forma part d'un projecte denominat "Del Camp a la Taula" que desenrotllem en conjunt amb LA UNIÓ de llauradors i ramaders de la Comunitat Valenciana, incloent en els menús productes ecològics i/o de proximitat.

16 Dilluns/Lunes
Kc: 712 Pr: 32 Hc: 42 Gr: 45

E	Amanida: Enciam, tomaca i passes / Ensalada: Lechuga, tomate v pasas	
1P	Espirals pescadors / Espirales pescadores	
2P	Truita de creïlles i ceba / Tortilla de patatas y cebolla	
P	Fruita natural Llet	
Pimentó roig gratinat farcit de verdures / Pimiento rojo gratinado relleno de verduras		

17 Dimarts/Martes
Kc: 690 Pr: 42 Hc: 22 Gr: 45

E	Amanida: Enciam, dacsa i palets de cranc / Ensalada: Lechuga, maíz v surimi	
1P	Sopa de fideus / Sopa de fideos	
2P	Bacallà al forn amb maionesa / Bacalao al horno con mahonesa	
P	Làctic	
Bullit valencià i conill al forn / Hervido valenciano y conejo al horno		

18 Dimecres/Miércoles
Kc: 624 Pr: 27 Hc: 39 Gr: 48

E	Pa amb oli i pernil dolç / Pan con aceite y jamon york	
1P	Crema de verdures amb crostons de pa / Crema de verduras con picatostes	
2P	Llom en salsa / Lomo en salsa	
P	Fruita natural	
Sopa de lletres i lluç a la planxa / Sopa de pasta y merluza a la plancha		

19 Dijous/Jueves
Kc: 711 Pr: 33 Hc: 43 Gr: 56

E	Amanida de l'horta / Ensalada de la huerta	
1P	Guisat mariner amb creïlles / Guisado marinero con patatas	
2P	Nuggets de pollastre / Nuggets de pollo	
P	Fruita natural	
Crepes farcits de formatge, tomaca i carbassó / Crepes rellenos de queso, tomate y calabacín		

20 Divendres/Viernes
Kc: 642 Pr: 21 Hc: 29 Gr: 74

E	Amanida: Enciam, carlota i tonyina / Ensalada: Lechuga, zanahoria v atún	
1P	Arròs a banda / Arroz a banda	
2P	Pernil salat amb patates xips / Jamón con patatas chips	
P	Fruita natural	
Espinacs saltejats amb panses i pinyons i flautes de pollastre / Espinacas saltadas con pasas y piñones y flautas de pollo		

23 Dia 100 metres lisos
Kc: 652 Pr: 12 Hc: 23 Gr: 87

E	Amanida: Enciam, tomaca i pipes / Ensalada: Lechuga, tomate v pasas	
1P	100 metres llisos d'espaguetis / 100 metros lisos de espaguetis	
2P	Croquetes de campions amb espinacs / Croquetas de campeones con espinacas	
P	Fruita natural Llet	
Alvocat laminat amb ou cuit i encenalls de pernil serrà / Aguacate laminado con huevo cocido y virutas de jamón serrano		

24 Dia Salto con pèrtiga
Kc: 737 Pr: 41 Hc: 64 Gr: 29

E	Amanida: Enciam, tomaca i tonyina / Ensalada: Lechuga, tomate v atún	
1P	Llenties saltarines / Lentejas saltarinas	
2P	Broqueta de pollastre amb verdures / Brocheta de pollo con verduras	
P	Làctic	
Mandonguilles d'emperador i amanida / Albóndigas de emperador y ensalada		

25 Dia Natación
Kc: 588 Pr: 39 Hc: 27 Gr: 57

E	Amanida: Enciam, dacsa i carlota / Ensalada: Lechuga, maíz v zanahoria	
1P	Piscina d'estrelles / Piscina de estrellas	
2P	Lluç als quatre estils / Merluza a los cuatro estilos	
P	Fruita natural	
Hamburguesa amb samfaina / Hamburguesa con pisto		

26 Dia Baloncesto
Kc: 632 Pr: 24 Hc: 26 Gr: 51

E	Amanida gastronòmica / Ensalada gastronómica	
1P	Cistella de mandonguilles / Canasta de albóndigas	
2P	Truita de triple / Tortilla de triple	
P	Fruita natural	
Consomé de verdures i tilàpia al llorer / Consome de verduras y tilapia al laurel		

27 Dia Gimnasia Rítmica
Kc: 681 Pr: 32 Hc: 21 Gr: 79

E	Pa amb oli / Pan con aceite	
1P	Acrobàcia de paella / Acrobacia de paella	
2P	Cèrcols, cintes i maces (Companatges) / Aros, cintas v mazas (Fiambres)	
P	Fruita natural	
Sandwich complet vegetal amb tonyina / Sandwich completo vegetal con atún		

30 Dilluns/Lunes
Kc: 739 Pr: 34 Hc: 30 Gr: 83

E	Amanida: Enciam, tomaca i pipes / Ensalada: Lechuga,	
1P	Hèlices amb pollastre i verdures / Hélices con pollo v verduras	
2P	Fregitella de peix / Fritura de pescado	
P	Fruita natural Llet	
Truita d'espinacs i amanida de colors / Tortilla de espinacas y ensalada de colores		

31 Dimarts/Martes
Kc: 702 Pr: 42 Hc: 28 Gr: 50

E	Amanida: Enciam, tomaca i dacsa / Ensalada: Lechuga,	
1P	Sopa d'au / Sopa de ave	
2P	Hamburguesa amb creïlles / Hamburguesa con patatas	
P	Làctic	
Salmó al papillot i espàrrecs verds / Salmón al papillote y espárragos verdes		

PASTA FULLADA DE VERDURES I FORMATGE

Ingredients: 1 massa de pasta fullada, formatge, ceba, pebrot roig, carabasseta, ou, oli d'oliva, sal i pebre. Preparació: Estenem la massa sobre un paper antiadherent col·locat en una safata de forn. Piquem finament la ceba i la sofregim en una paella amb oli d'oliva. Piquem el pebrot roig i ho afegim a la paella. Pelem la carabasseta, la tallem a quadradets i ho afegim al costat de la ceba i el pebrot. Removem i assaonem amb sal i pebre. Finalment, tallem el formatge i ho afegim a les verdures. Col·loquem les verdures en la part central de la pasta fullada. Tanquem la massa de tal forma que quede totalment segellada. Batem un ou i ho afegim a la superfície de la massa amb ajuda d'un pinzell. Enfornar durant 20-30 minuts fins que les vores de la pasta fullada estiguen

Altramucos Apio Cacahuets Gluten Crustáceos
Sulfites F càscara Sésamo Huevos Làcteos
Moluscos Mostaza Pescado Soja
Existix a disposició de les famílies informació específica sobre al·lèrgens en la cuina del centre o direcció. (Real decret RD 126/2015)