

<p>ESTE MES SE SERVIRAN LAS SIGUIENTES FRUTAS: MANZANA GOLDEN MANZANA ROYAL GALA PERA BLANQUILLA PERA CONFERENCIA PLÁTANO MELOCOTON NECTARINA</p>	<p>PUEDES SOLICITAR A NUESTRO PERSONAL LA INFORMACIÓN DE SUSTANCIAS QUE PUEDEN CAUSAR ALERGIAS O INTOLERANCIAS, EN CUMPLIMIENTO DEL REGLAMENTO 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓN ALIMENTARIA FACILITADA AL CONSUMIDOR. TODOS LOS PROVEEDORES DE FRUTA Y VERDURA SON DE LA COMUNIDAD VALENCIANA</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 02 Ensalada-Amanida Olla de alubias con verduras Olla de fesols amb verdures Cordon bleu al horno Cordon bleu al forn Fruta-Fruita 847,9Kcal - Prot:46,5g - Lip:17,7g - HC:122,4g AGS:6,7g - Azúcares:24,0g - Sal:6,5g</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 03 Arroz rosechat Arròs rosechat Lomo de cerdo a la riojana Llomello de porc a la riojana Fruta-Fruita 664,8Kcal - Prot:25,0g - Lip:16,6g - HC:95,8g AGS:2,6g - Azúcares:18,2g - Sal:2,9g</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 04 Crema parmentier Crema parmentier Salmón en salsa holandesa con zanahoria parisina Salmó en salsa holandesa amb carlota parisenca Fruta-Fruita 863,4Kcal - Prot:24,2g - Lip:18,8g - HC:146,6g AGS:6,0g - Azúcares:22,9g - Sal:6,3g</p>
<p>LUNES/DILLUNS 07 Ensalada-Amanida Fideuá de marisco Fideuà de marisc Nuggets de brócoli i queso Nuggets de brócoli i formatge Fruta-Fruita 488,6Kcal - Prot:23,6g - Lip:10,2g - HC:72,5g AGS:1,8g - Azúcares:16,6g - Sal:7,2g</p>	<p>MARTES/DIMARTS 08 Guiso de alubias pintas con arroz Guisat de fesols pintes amb arròs Tortilla francesa con maíz salteado Truita francesa amb dacsa saltada Fruta-Fruita 712,7Kcal - Prot:42,2g - Lip:22,4g HC:82,6g AGS:6,2g - Azúcares:24,6g 313- Sal:6,8g</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 09 Ensalada-Amanida Verduras tricolor Verdures tricolor Filete de merluza a la mediterránea Filet de lluç a la mediterrània Fruta-Fruita 814,2Kcal - Prot:34,1g - Lip:20,1g - HC:121,2g AGS:3,2g - Azúcares:19,3g - Sal:3,7g</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 10 LA CITA SOSTENIBLE: +PROTE VEGETAL NUTRIFRIENDS POR EL PLANETA TACO DE VERDURAS SUPERFOOD TACO DE VERDURES SUPERFOOD Tortilla de patata con maíz salteado Truita de creïlla amb dacsa saltada Yogur blanco azucarado logurt blanc amb sucre 712,7Kcal - Prot:42,2g - Lip:22,4g HC:82,6g AGS:6,2g - Azúcares:24,6g 313- Sal:6,8g</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 11 Crema de zanahoria Crema de carlota Albondigas de ternera en salsa española con patatas Mandonguilles de vedella en salsa espanyola amb creïlles Fruta-Fruita 849,8Kcal - Prot:35,5g - Lip:33,0g - HC:94,7g AGS:9,1g - Azúcares:26,7g - Sal:10,6g</p>
<p>LUNES/DILLUNS 14 DIA MUNDIAL DE LA DIABETES "IGUALANDO LA DIFERENCIA" Ensalada-Amanida Lentejas vegetarianas Lentilles vegetarianes Contramuslo de pollo en salsa de champiñón Contracuixa de pollastre en salsa de xampinyó Fruta-Fruita 871,8Kcal - Prot:49,0g - Lip:28,9g - HC:97,7g AGS:1,5g - Azúcares:22,6g - Sal:3,4g</p>	<p>MARTES/DIMARTS 15 Ensalada-Amanida Pasta lazos con salsa carbonara Pasta llaços amb salsa carbonara Palometa al horno con ajitos Palometa al forn amb alls Natillas de chocolate Natilles de xocolate 1315,0Kcal - Prot:62,3g - Lip:66,1g - HC:118,3g AGS:26,6g - Azúcares:18,9g - Sal:9,3g</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 16 Ensalada-Amanida Alubias con sofrito vegetal y comino Fesols amb sofregit vegetal i comí Tortilla de calabacín Truita de carabasseta Fruta-Fruita 772,1Kcal - Prot:33,6g - Lip:39,7g - HC:67,5g AGS:5,8g - Azúcares:17,6g - Sal:5,7g</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 17 Crema de verduras Crema de verdures Ragout de ternera estofada con patatas Ragout de vedella estofat amb creïlles Fruta-Fruita 664,8Kcal - Prot:25,0g - Lip:16,6g - HC:95,8g AGS:2,6g - Azúcares:18,2g - Sal:2,9g</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 18 Ensalada-Amanida Arroz con tomate Arròs amb tomaca Calamares a la romana Calamars a la romana Fruta-Fruita 669,8Kcal - Prot:29,3g - Lip:13,0g - HC:104,1g AGS:2,3g - Azúcares:21,7g - Sal:9,7g</p>
<p>LUNES/DILLUNS 21 Lentejas caseras Llentilles casolanes Albondigas mixtas a la jardinera con patatas Mandonguilles mixtes a la jardinera amb creïlles Fruta-Fruita 818,7Kcal - Prot:29,3g - Lip:38,6g - HC:85,1g AGS:1,2g - Azúcares:21,2g - Sal:5,1g</p>	<p>MARTES/DIMARTS 22 Macarrones napolitana con queso Macarrons napolitana amb formatge Filete de merluza en salsa verde con guisantes Filet de lluç en salsa verda amb pèsols Fruta-Fruita 765,5Kcal - Prot:35,4g - Lip:23,8g - HC:105,7g AGS:7,7g - Azúcares:27,1g - Sal:4,7g</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 23 Ensalada-Amanida Crema de calabaza Crema de carabassa Muslo de pollo asado a las finas hierbas Cuixa de pollastre rostit a les fines herbes Fruta-Fruita 748,6Kcal - Prot:28,4g - Lip:16,9g - HC:112,8g AGS:3,5g - Azúcares:21,9g - Sal:7,1g</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 24 Ensalada-Amanida Guisado de garbanzos con verduras Guisat de cigrons amb verdures Filete de abadejo con picada Filet d'abadejo amb picada Yogur blanco azucarado logurt blanc amb sucre 653,0Kcal - Prot:35,1g - Lip:19,3g - HC:82,1g AGS:4,5g - Azúcares:21,3g - Sal:10,4g</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 25 Ensalada-Amanida Paella valenciana Paella valenciana Tortilla francesa con jamón york Truita francesa amb pernil dolç Fruta-Fruita 633,1Kcal - Prot:24,0g - Lip:9,6g - HC:111,2g AGS:1,6g - Azúcares:21,3g - Sal:6,6g</p>
<p>LUNES/DILLUNS 28 Crema de verduras Crema de verdures Guisada de San Roque Guisada de Sant Roque Fruta-Fruita 630,1Kcal - Prot:35,1g Lip:11,1g - HC:94,4g AGS:1,8g - Azúcares:21,3g - Sal:8,5g</p>	<p>MARTES/DIMARTS 29 Alubias blancas con calabaza Fesols blancs amb carabassa Hamburguesa de ternera al horno con pisto Hamburguesa de vedella al forn amb samfaina Flan de vainilla-Flam de vainilla 670,8Kcal - Prot:37,5g - Lip:21,7g - HC:77,2g AGS:5,1g - Azúcares:21,1g - Sal:4,9g</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 30 Ensalada-Amanida Coditos con verduras Colzets amb verdures Palometa con aceite de pimentón Palometa amb oli de pebre roig Fruta-Fruita 589,0Kcal - Prot:31,1g - Lip:17,2g - HC:75,3g AGS:3,8g - Azúcares:20,6g - Sal:11,2g</p>		