



Los alérgenos del menú tienen en cuenta todos los ingredientes de cada plato y siguen el principio de máxima precaución

- 1 GLUTEN
- 3 HUEVO
- 5 MOLUSCOS
- 7 CACAHUETES
- 9 SOJA
- 11 MOSTAZA
- 13 ALTRAMUCES
- 2 LÁCTEOS
- 4 PESCADO
- 6 CRUSTÁCEOS
- 8 FRUTOS DE CÁSCARA
- 10 SÉSAMO
- 12 APIO
- 14 AZUFRE Y SULFITO



	1 2 3 4 14	8	4 14	9	1 2 3 12 14	10	1 2 3 9 10 14	11		
	Espaguetis con salmón Tortilla francesa casera Ensalada mixta Pan integral Yogur		Alubias con verduras Jurel al horno Ensalada variada de maíz Pan Fruta fresca		Sopa de ave con fideos Pollo en pepitoria ensalada de col Pan integral Yogur natural con fruta fresca		Crema de calabaza Hamburguesa de ternera completa Ensalada con manzana Pan Fruta fresca			
	622,9Kcal - Prot:26,5g - Lip:21,8g - HC:76,8g		553,9Kcal - Prot:25,3g - Lip:18,3g - HC:64,0g		484,7Kcal - Prot:24,7g - Lip:15,5g - HC:57,5g		684,8Kcal - Prot:19,5g - Lip:28,5g - HC:89,1g			
7	1 4 14	14	1 2 3 4 9 14	15	1 2 3 9 12 14	16	1 2 3 9 14	17	1 2 3 9 14	18
	Macarrones con atún Filete de abadejo Ensalada de aceitunas Pan Fruta fresca		Guiso de pollo Buñuelos de bacalao Ensalada Pan integral Fruta fresca		Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de tallos Pan Yogur		Lentejas con chorizo Cinta de lomo al horno Ensalada huertana Pan integral Fruta fresca		Arroz a la cubana Salchichas Frankfurt Ensalada tropical Pan Fruta fresca	
	576,0Kcal - Prot:24,3g - Lip:15,6g - HC:80,5g		640,5Kcal - Prot:18,0g - Lip:25,6g - HC:79,4g		716,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:26,2g - HC:86,7g		679,7Kcal - Prot:26,6g - Lip:33,5g - HC:62,0g		716,3Kcal - Prot:21,6g - Lip:28,9g - HC:89,5g	
21	1 2 3 4 9 14	21	1 3 4	22	1 2 3 4 8 9 10 11 12 13 14	23	1 2 3 4 8 9 14	24	1 2 12 14	25
	Crema de hortalizas Albóndigas a la jardinera Ensalada mixta Pan Fruta fresca		Paella de verduras Merluza a la andaluza Ensalada de lombarda Pan integral Fruta fresca		Canelones de atún bella aurora gratinados Filete de aguja en su jugo Ensalada Pan Fruta fresca		Fabada asturiana Tortilla de patata Ensalada de pepino Pan integral Fruta fresca		Sopa de ave con fideos Pollo al ajillo con patatas Ensalada variada de maíz Pan Yogur	
	500,3Kcal - Prot:14,7g - Lip:17,5g - HC:66,0g		619,8Kcal - Prot:25,3g - Lip:15,6g - HC:90,2g		731,3Kcal - Prot:26,3g - Lip:43,5g - HC:55,8g		604,5Kcal - Prot:24,9g - Lip:21,4g - HC:69,0g		534,0Kcal - Prot:23,4g - Lip:17,0g - HC:68,7g	
28	3 4 14	28	14	29	14	30	1 2 3 4 5 6 9 14	31		
	Lentejas con jamón Huevos rotos Ensalada mixta Pan integral Fruta fresca		Crema de calabacín Asado de pollo Ensalada huertana Pan Fruta fresca		Potaje de garbanzos con acelgas Hamburguesa de calamar a la plancha Ensalada de pepino Pan integral Yogur					
	591,5Kcal - Prot:28,5g - Lip:17,8g - HC:72,4g		549,7Kcal - Prot:29,2g - Lip:18,1g - HC:62,7g		624,7Kcal - Prot:31,9g - Lip:19,8g - HC:72,6g					



MENÚ VALORADO POR
Diana Cerdá Pascual
Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
Nºcolegiada: CV00033

