

				<p><b>VIERNES/DIVENDRES 01</b> Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada completa (ensalada de zanahoria, tomate, maíz, lechuga ) <b>CALDO DE LA ABUELA</b> Paella valenciana Paella valenciana Tosta de jamon york y queso Tosta de pernil dolç i formatge Fruta - Fruita</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 04</b> Kcal 538 Prot 27 Lip 9 HC 85 Ensalada de la tierra(ensalada de lechuga, manzana y zanahoria) Crema de guisantes Crema de pesols Merluza a la andaluz con pisto de verduras Lluç a l'andalussa amb sanfaina de verdures Fruta - Fruita Pan - Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 05</b> Kcal793 Prot 44 Lip 24 HC 92 Ensalada diana (lechuga, tomate, cebolla y aceitunas) Marmitako de atún Marmitako de toyina Huevos revueltos con champiñones Ous remenats amb xampinyo Fruta - Fruita Pan - Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 06</b> Kcal 673 Prot 43 Lip 19 HC 78 Ensalada ilustrada (ensalada de tomate, cebolla, huevo y atún) Fisherman soap (sopa de pescado con fideos) Fisherman soap ( sopa de peix amb fideos) Hamburguesa completa con patatas fritas Hamburguesa completa amb crelles fregides Fruta – Fruita Pan - Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 07</b> Kcal477 Prot 20 Lip 17 HC 57 Ensalada de mar (ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi) Potaje de garbanzos con verduras Potage de cigrons amb verdures Pollo al horno con verduras Pollastre amb al forn amb verdures Yogurt – Iogurt Pan - Pa</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 08</b> Kcal644 Prot 28 Lip 16 HC 93 Ensalada Rainbow (ensalada de lechuga, tomate, maíz y zanahoria) Arroz a banda Arròs a banda Rollito de jamón serrano Rotllet de pernil Fruta – Fruita Pan - Pa</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 11</b> Kcal757 Prot 43 Lip 32 HC 69 Onion salad (ensalada de lechuga, tomate y cebolla) <b>Espirales ECO</b> con atún y tomate <b>Espirales ECO</b> amb tonyina i tomata Merluza con bechamel a las finas hierbas Lluç amb beixamel a les fines herbes Fruta - Fruita Pan - Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 12</b> Kcal659 Prot 29 Lip 21 HC 88 Ensalada mixta (ensalada de lechuga, tomate, maíz y zanahoria) Arroz meloso de pollo y champiñones Arròs melos de pollastre i xampinyo Pink and White (rollito de jamón York y queso Edam) Pink and White (rotllet de pernil dolç i formatge Edam) Fruta – Fruita / Pan – Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 13</b> Kcal623 Prot 27 Lip 27 HC 63 Ensalada de mar (ensalada de lechuga, y surimi) Lentejas con verduras Llentilles amb verdures Limanda en salsa verde y patata al horno con pimentón Limanda amb salsa verda i creilles al forn amb pimento Fruta – Fruita Pan - Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 14</b> <b>PROYECTO EDUCATIVO GUST-OH! LAB JORNADA “DEL OLFATO”</b> Ensalada Arroz al curry con verduras Pollo al horno con hierbas aromáticas (orégano, tomillo y comino) Naranja con canela</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 15</b> Kcal620 Prot 40 Lip 21 HC 64 Ensalada Porcini (ensalada de lechuga, tomate y jamón york) Beans cream (crema de alubias) con tostones Beans cream ( crema de fesols) amb torrats Tortilla de francesa con crujiente de zanahoria Trita francesa amb cruixent de carlota Yogurt - Iogurt Pan - Pa</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 18</b> <b>ALIMENTOS PARA LOS OJOS</b> Ensalada de <b>frutos secos</b> Crema de <b>verduras</b> con picatostes Crema de <b>verdures</b> amb rostes Albóndigas a la jardinera (con guisantes y <b>zanahoria</b>) Mandonguilles a la jardinera (amb pesols i <b>carlota</b>) <b>Mandarina – Mandarina</b> Pan - Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 19</b> <b>ALIMENTOS PARA EL CORAZON</b> Ensalada tropical (ensalada de lechuga, piña y <b>nueces</b> ) <b>Garbanzos</b> con verduras <b>Cigrons</b> amb verdures Tortilla de patata con salteado de verduras Trita de creïlla amb saltat de verdures <b>Manzana-Poma</b> Pan – Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 20</b> <b>ALIMENTOS PARA LOS HUESOS</b> Ensalada de <b>col rizada</b> y soja Macarrones al pesto con <b>queso</b> Macarrons al pesto amb <b>formatge</b> Halibut en piperrada (con cebolla, tomate y pimiento) Halibut en piperada ( amb ceba, tomata i pimento) <b>Kiwi- Kiwi</b> Pan – Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 21</b> <b>ALIMENTOS PARA EL CEREBRO</b> Ensalada de <b>tomate y soja</b> Hervido valenciano y <b>brócoli</b> Bollit valencia i <b>bròcoli</b> Pollo con mostaza a la miel y <b>quínoa</b> Pollastre amb mostassa a la mel i <b>quínoa</b> Yogurt – Iogurt Pan - Pa</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 22</b> <b>ALIMENTOS PARA LOS MUSCULOS</b> Ensalada di Mela (ensalada de lechuga, <b>piña, cebolla y huevo</b>) Arroz con <b>espinacas</b> y pollo Arròs amb <b>espinagues</b> i pollastre Caella al horno con chips de verduras Caella al forn amb xips de verdures <b>Plátano -Platan</b> Pan – Pa</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 25</b> Kcal788 Prot 38 Lip 32 HC 81 Ensalada Pomodoro (lechuga, tomate y queso) Sopa de verduras con fideos Sopa de verdures amb fideos Caella con zanahoria, guisantes y <b>quínoa ECO</b> Caella amb carlota, pesols y <b>quina ECO</b> Fruta – Fruita Pan – Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 26</b> Kcal751 Prot 41 Lip 34 HC 65 Ensalada mixta (ensalada de lechuga, tomate, maíz y zanahoria) Crema Vichyssoise con picastostes Crema Vichyssoise amb rostes Tortilla de queso casera con calabacín Trita de formatge casolana amb carabasseta Fruta – Fruita Pan - Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 27</b> Kcal 512 Prot 23 Lip 18 HC 62 Ensalada campesina (ensalada de lechuga, tomate, y huevo) Lentejas caseras con verduras Llentilles casolanes amb verdures Merluza en salsa Lluç amb salsa Yogurt – Iogurt Pan – Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 28</b> Ensalada Caprese (lechuga, tomate, aceituna negra y mozzarella) Macarrones Napolitana Macarrons Napolitana Pizza Margarita Pizza Margarita <b>COCA DE MANZANA</b></p>	