

<p><b>ESTE MES SE SERVIRAN LAS SIGUIENTES FRUTAS:</b>  <b>MANZANA GOLDEN</b>  <b>MANZANA ROYAL GALA</b>  <b>PERA CONFERENCIA</b>  <b>NARANJA</b>  <b>PLÁTANO</b></p>	<p><b>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.</b>  <b>TODOS LOS PROVEEDORES DE FRUTA Y VERDURA SON DE LA COMUNIDAD VALENCIANA</b></p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 01</b>                  Ensalada-Amanida                  Coditos con tomate                  Colzets amb tomaca                  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><b>JUEVES/DIJOUS 02</b>                  Ensalada-Amanida                  Garbanzos a la mediterránea                  Cigrons a la mediterrània                  Pollo asado al limón                  Pollastre rostit a la llima                  Yogur blanco azucarado                  Iogurt blanc amb sucre                  655,1Kcal - Prot:24,9g - Lip:16,2g -HC:104,9g                  AGS:3,2g - Azúcares:16,8g - Sal:6,0g</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 03</b>                  Ensalada-Amanida                  Crema de zanahoria                  Crema de carlota                  Albóndigas 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><b>LUNES/DILLUNS 06</b>                  Ensalada-Amanida                  Lentejas vegetarianas                  Llentilles vegetarianes                  Estofado de pollo al curry con patatas                  Estofat de pollastre al curri amb creïlles                  Fruta-Fruita                  871,8Kcal - Prot:49,0g - Lip:28,9g - HC:97,7g                  AGS:1,5g - Azúcares:22,6g - Sal:3,4g</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 07</b>                  Ensalada-Amanida                  Pasta lazos con salsa carbonara                  Pasta llaços amb salsa carbonara                  Abadejo al horno con ajitos                  Abadejo 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><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 08</b>                  Ensalada-Amanida                  Sopa con fideos                  Sopa amb fideus                  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><b>JUEVES/DIJOUS 09</b>                  Ensalada-Amanida                  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><b>VIERNES/DIVENDRES 10</b>                  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><b>LUNES/DILLUNS 13</b>                  Ensalada-Amanida                  Lentejas caseras                  Llentilles casolanes                  Albóndigas 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><b>MARTES/DIMARTS 14</b>  <b>JORNADA INTERNACIONAL ITALIANA</b>                  Ensalada-Amanida  <b>PASTA E FIGIOLE:</b>                  Macarrones napolitana                  Macarrons napolitana  <b>UOVE STRAPAZZATE DI FUNGI:</b>                  Filete de merluza a la parmesana                  Filet de lluç a la parmesana                  Fruta-Fruita                  765,5Kcal - Prot:35,4g - Lip:23,8g - HC:105,7g                  AGS:7,7g - Azúcares:27,1g - Sal:4,7g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 15</b>                  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><b>JUEVES/DIJOUS 16</b>                  Ensalada-Amanida                  Guisado de garbanzos con verduras                  Guisat de cigrons amb verdures                  Tortilla francesa con jamón york                  Truita francesa amb pernil dolç                  Yogur blanco azucarado                  Iogurt 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><b>VIERNES/DIVENDRES 17</b>  <b>¡QUE RICAS QUE SANAS LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA!</b>                  Ensalada-Amanida                  Paella valenciana con alcachofas                  Paella valenciana amb carxofes                  Delicias de pescado                  Delícies de peix                  Fruta-Fruita                  633,1Kcal - Prot:24,0g - Lip:9,6g - HC:111,2g                  AGS:1,6g - Azúcares:21,3g - Sal:6,6g</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 20</b>                  Ensalada-Amanida                  Crema de verduras                  Crema de verdures                  Estofado de pollo a la jardinera con patatas                  Estofat de pollastre a la jardinera amb creïlles                  Fruta-Fruita                  630,1Kcal - Prot:35,1g - Lip:11,1g - HC:94,4g                  AGS:1,8g - Azúcares:21,3g - Sal:8,5g</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 21</b>                  Ensalada-Amanida                  Sopa con lluvia                  Sopa amb pluja                  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><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 22</b>                  Ensalada-Amanida                  Coditos con verduras                  Colzets amb verdures                  Abadejo con aceite de pimentón                  Abadejo 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>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 23</b>                  Ensalada-Amanida                  Arroz con bacalao                  Arròs amb bacallà                  Croquetas de jamón                  Croquetes de pernil                  Fruta-Fruita                  751,7Kcal - Prot:29,3g - Lip:18,9g -HC:109,0g                  AGS:4,1g - Azúcares:26,4g - Sal:6,4g</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 24</b>                  Ensalada-Amanida                  Lentejas con verduras                  Llentilles amb verdures                  Tortilla de patata                  Truita de creïlla                  Fruta-Fruita                  669,4Kcal - Prot:27,5g - Lip:16,6g - HC:100,2g                  AGS:7,2g - Azúcares:16,1g - Sal:5,4g</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 27</b>                  Ensalada-Amanida                  Crema de calabacín con queso                  Crema de carabasseta amb formatge                  Muslo de pollo al chilindrón                  Cuixa de pollastre al chilindrón                  Fruta-Fruita                  592,8Kcal - Prot:26,0g - Lip:11,1g - HC:93,0g                  AGS:2,5g - Azúcares:24,0g - Sal:8,5g</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 28</b>                  Ensalada-Amanida                  Potaje de garbanzos con acelgas                  Potatge de cigrons amb bledes                  Tortilla francesa con queso                  Truita francesa amb formatge                  Fruta-Fruita                  733,4Kcal - Prot:34,6g - Lip:16,8g - HC:107,8g                  AGS:4,2g - Azúcares:16,5g - Sal:8,0g</p>			