

MENÚ COMEDOR ADAPTADO

Enero 2019

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7	8	9	10	11
MACARRONES BOLOÑESA/NAPOL. LOMO C/ENSALADA FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	POTAJE DE GARBANZOS TORTILLA/POLLO C/ENSALADA FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	GUISADO DE PAVO MERLUZA/PECHUGA C/SALSA DE CHAMPIÑONES FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	SOPA DE LETRAS LONGANIZAS C/PATATAS FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	ARROZ AL HORNO ENSALADA VALENCIANA FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)
14	15	16	17	18
CANELONES/ESPAGUETIS NAPOL LONCHEADO DE YORK Y PAVO C/ENSALADA FRUTA Y LACTEO	LENTEJAS JARDINERA TORTILLA /PECHUGA C/ENSALADA FRUTA Y LACTEO	VICHISUISE EMPERADOR/LOMO C/GUISANTES FRUTA Y LACTEO	SOPA DE COCIDO POLLO AL HORNO C/PURE DE PATATAS FRUTA Y LACTEO	ARROZ DEL SEÑORET/ARROZ C/VERDURAS ENSALADA VARIADA FRUTA Y CHOCOLATINA 20 GR
21	22	23	24	25
ESPIRALES CON ATUN/NAPOL DELICIAS DE POLLO/PECHUGA C/ENSALADA FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	FESTIVO	CREMA DE CALABACIN RIZOS DE PESCADO/LOMO C/TOMATE FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	SOPA DE ESTRELLITAS ALBONDIGAS EN SALSAS C/PATATA DADO FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	ARROZ A LA CUBANA ENSALADA DE YORK FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)
28	29	30	31	
ESPAGUETIS CARBONARA/NAPOL. ENTREMESES C/ENSALADA FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	POTAJE DE ALUBIAS TORTILLA/LOMO C/ENSALADA FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	GUISADO DE TERNERA/PAVO CALAMARES /LONCHEADO DE YORK Y QUESO FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	SOPA MARAVILLAS HAMBURGUESA C/PATATAS AL HORNO FRUTA Y (LACTEO OPCIONAL)	

La energía que aportan los menús se ajusta a las recomendaciones para la ingesta de la comida del mediodía (Guía de los Menús en los Comedores Escolares, Generalitat, Conselleria de Sanitat), según el grupo de edad: de 3 a 8 años (575-610 Kcal), de 9 a 13 años (725-798 Kcal), de 14 a 18 años (829-1103 Kcal).