

	Día/Día 7	Día/Día 8	Día/Día 9	Día/Día 10	Día/Día 11
Ensalada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	Lechuga, tomate, maíz, olivas	Lechuga, tomate, manzana, naranja	Lechuga, tomate, atún, huevo duro	Lechuga, tomate, atún, queso
Comida	Arroz con pollo Surtido de pavo y queso Fruta	Lentejas con verduras Tortilla de atún Fruta	Espirales con atún Merluza menier Fruta	Hervido valenciano Pechuga de pollo Yogurt natural	Sopa de pescado Albóndigas de pollo Fruta
Cena*	Verduras al horno, pescado azul al horno. Fruta	Sopa de pescado, tosta de pavo y queso, Fruta	Champiñones salteados, pollo plancha. Fruta	Calabacín plancha, Frankfurt de pavo. Leche	Espinacas con bechamel, pescado blanco. Fruta
Amanida	Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà	Lletuga, tomaca, dacsà, olives	Lletuga, tomaca, poma, taronja	Lletuga, tomaca, tonyina, ou dur	Lletuga, tomaca, tonyina, formatge
Dinar	Arròs amb pollastre Assortit de titot y formatge Fruta	Llenties amb verdures Truita de tonyina Fruta	Espirals amb tonyina Lluç menier Fruta	Bullit valencià Pit de pollastre logurt natural	Sopa de peix Mandonguilles de pollastre Fruta
Sopar*	Verdures al forn, peix blau al forn. Fruta	Sopa de peix, tosta de titot i formatge. Fruta	Xampinyons saltats, pollastre planxa. Fruta	Carabassó planxa, frankfurt de titot. Llet	Espinacs amb beixamel, peix blanc. Fruta
	Día/Día 14	Día/Día 15	Día/Día 16	Día/Día 17	Día/Día 18
Ensalada	Lechuga, tomate, pasas, pipas	Lechuga, tomate, maíz, olivas	Lechuga, tomate, manzana, piña	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	Lechuga, tomate, manzana, naranja
Comida	Macarrones con atún Merluza en salsa verde Fruta	Arroz caldoso de pollo Tortilla de atún Fruta	Crema de zanahoria Hamb de pavo pat fritas Fruta	Fideuà Croquetas caseras Flan	Garbanzos c/ espinacas Pizza Fruta
Cena*	Sopa juliana, huevo frito. Fruta	Crema de verduras, salmón a la plancha. Fruta	Sémola, calamar plancha. Yogur	Hervido, pollo plancha. Fruta	Sopa de fideos, revuelto. Fruta
Amanida	Lletuga, tomaca, panses, pipes	Lletuga, tomaca, dacsà, olives	Lletuga, tomaca, poma, pinya	Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà	Lletuga, tomaca, poma, taronja
Dinar	Macarrons amb tonyina Lluç en salsa verda Fruta	Arròs caldós de pollastre Truita de tonyina Fruta	Crema de safanòria Hamb de titot creïlles fregit Fruta	Fideuà Croquetes casolanes Flan	Cigrons amb espinacs Pizza Fruta
Sopar*	Sopa juliana, ou fregit. Fruta	Crema de verdures, salmó a la planxa. Fruta	Sèmola, calamar planxa. logurt	Bullit, pollastre planxa. Fruta	Sopa de fideos, remenat. Fruta
	Día/Día 21	Día/Día 22	Día/Día 23	Día/Día 24	Día/Día 25
Ensalada	Lechuga, tomate, zanahoria, maíz	Lechuga, tomate, pasas, pipas	Lechuga, tomate, huevo, atún	Lechuga, tomate, atún, queso	Lechuga, tomate, atún, olivas
Comida	Sopa de lluvia Pollo asado patat horno Fruta	Tiburones c/ bechamel Merluza a la romana Fruta	Alubias con verduras Salchichas pollo tomate Fruta	Crema de calabacín Pechuga pollo empanad Yogur natural	Paella valenciana Tortilla de queso Fruta
Cena*	Ensalada de tomate, sandwich mixto. Fruta	Judías verdes, pechuga pollo a la plancha. Leche	Ensalada, pizza casera. Fruta	Huevo frito, tosta de pavo y queso. Fruta	Sopa de fideos, pescado azul al vapor. Fruta
Amanida	Lletuga, tomaca, safanòria, dacsà	Lletuga, tomaca, panses, pipes	Lletuga, tomaca, ou, tonyina	Lletuga, tomaca, tonyina, formatge	Lletuga, tomaca, tonyina, olives
Dinar	Sopa de pluja Pollastre rostit creïlles forn Fruta	Taurons amb beixamel Lluç a la romana Fruta	Fesols amb verdures Salsitxes pollastre toma Fruta	Crema de carabassó Pit pollastre arrebossat logurt natural	Paella valenciana Truita de formatge Fruta
Sopar*	Amanida de tomaca, sandvitx mixt. Fruta	Bajoquetes, pit de pollastre a la planxa. Llet	Amanida, pizza casolana. Fruta	Ou fregit, tosta de titot i formatge. Fruta	Sopa de fideos, peix blau al vapor. Fruta
	Día/Día 28	Día/Día 29	Día/Día 30	Día/Día 31	
Ensalada	Lechuga, tomate, naranja, manzana	Lechuga, tomate, maíz, olivas	Lechuga, tomate, huevo, atún	Lechuga, tomate, pasas, pipas	
Comida	Lentejas con verduras Merluza en salsa verde Fruta	Arroz blanco Salchich Frankfurt pavo Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Fruta	Espaguetis c/ verduras Tortilla de queso Natillas	
Cena*	Judías verdes, tortilla francesa. Yogur	Espinacas con patatas, huevo duro con tomate. Fruta	Champiñones salteados, merluza en salsa. Fruta	Sopa de pescado, boquerón frito. Fruta	
Amanida	Lletuga, tomaca, taronja, poma	Lletuga, tomaca, dacsà, olives	Lletuga, tomaca, ou, tonyina	Lletuga, tomaca, panses, pipes	
Dinar	Llenties amb verdures Lluç en salsa verda Fruta	Arròs blanc Salsitx frankfurt de titot Fruta	Sopa d'olla Bullit Fruta	Espaguetis a/ verdures Truita de formatge Natilles	
Sopar*	Bajoquetes, truita francesa. logurt	Espinacs amb creïlles, ou dur amb tomaca. Fruta	Xampinyons saltats, lluç en salsa. Fruta	Sopa de peix, aladrocs fregit. Fruta	

**Información de alérgenos e intoxicaciones alimentarias:
Consulte al personal de cocina o cuidadoras**

**Informació d'al·lèrgens i intoxicacions alimentàries:
Consulte al personal de cuina o cuidadores**

*Recomendaciones para la cena/ Recomanacions per al sopar

Los viernes se servirá pan integral/ Els divendres se servirà pa integral