

LA SALLE MAHON

Maig - 2024 MENU MENSUAL LA SALLE MAHON 1-3 AÑOS

FRUITES DE TEMPORADA:

banana, pera
maduixa, taronja
taronja, poma

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1274

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>1</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festiu</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	1		KCAL	1º	Festiu	PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>2</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida amb fruita</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Llenties a l'hortolana P/ECO</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Truita d'espínacs amb tomaca en oli d'alfàbega</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Iogurt Artesà</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Espàrrecs amb pernil</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Lluç amb albergínia a la mel /Fruita</td><td></td></tr> </table>	2		KCAL	1º	Amanida amb fruita	PROT	2º	Llenties a l'hortolana P/ECO	CA	P	Truita d'espínacs amb tomaca en oli d'alfàbega	FE		Iogurt Artesà	HDC		Espàrrecs amb pernil	LIP		Lluç amb albergínia a la mel /Fruita		<table border="1"> <tr><td>3</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fingers de peix amb bròquil</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Crema de carabasseta</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Longanisses de pollastre /Fruita</td><td></td></tr> </table>	3		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge	CA	P	Fingers de peix amb bròquil	FE		Fruita ECO	HDC		Crema de carabasseta	LIP		Longanisses de pollastre /Fruita										
E		KCAL																																																																																																											
1º		PROT																																																																																																											
2º		CA																																																																																																											
P		FE																																																																																																											
		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
E		KCAL																																																																																																											
1º		PROT																																																																																																											
2º		CA																																																																																																											
P		FE																																																																																																											
		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
1		KCAL																																																																																																											
1º	Festiu	PROT																																																																																																											
2º		CA																																																																																																											
P		FE																																																																																																											
		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
2		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida amb fruita	PROT																																																																																																											
2º	Llenties a l'hortolana P/ECO	CA																																																																																																											
P	Truita d'espínacs amb tomaca en oli d'alfàbega	FE																																																																																																											
	Iogurt Artesà	HDC																																																																																																											
	Espàrrecs amb pernil	LIP																																																																																																											
	Lluç amb albergínia a la mel /Fruita																																																																																																												
3		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge	CA																																																																																																											
P	Fingers de peix amb bròquil	FE																																																																																																											
	Fruita ECO	HDC																																																																																																											
	Crema de carabasseta	LIP																																																																																																											
	Longanisses de pollastre /Fruita																																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>6</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Encisam, tomaca, dacs i carlota</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Crema mediterrània amb verdures de temporada amb tostons</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Ragout de magre amb cous cous</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Xips de moniato al forn</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Peix a la llima /Fruita</td><td></td></tr> </table>	6		KCAL	1º	Encisam, tomaca, dacs i carlota	PROT	2º	Crema mediterrània amb verdures de temporada amb tostons	CA	P	Ragout de magre amb cous cous	FE		Fruita	HDC		Xips de moniato al forn	LIP		Peix a la llima /Fruita		<table border="1"> <tr><td>7</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Humus de cigrons</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Espirals a la italiana (tomaca, formatge)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Truita de tonyina amb carabasseta a planxa</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Bullit valencià</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn blanca /Fruita</td><td></td></tr> </table>	7		KCAL	1º	Humus de cigrons	PROT	2º	Espirals a la italiana (tomaca, formatge)	CA	P	Truita de tonyina amb carabasseta a planxa	FE		Fruita	HDC		Bullit valencià	LIP		Carn blanca /Fruita		<table border="1"> <tr><td>8</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Cigrons temperats amb carabassa</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Entrecuixa de pollastre desossat amb creïlles</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Lacti</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Bròquil al vapor</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Peix blanc /Fruita</td><td></td></tr> </table>	8		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Cigrons temperats amb carabassa	CA	P	Entrecuixa de pollastre desossat amb creïlles	FE		Lacti	HDC		Bròquil al vapor	LIP		Peix blanc /Fruita		<table border="1"> <tr><td>9</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Crunch de salmó amb tirabeques saltats</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Minestra saltejada</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn blanca magra /Fruita</td><td></td></tr> </table>	9		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	CA	P	Crunch de salmó amb tirabeques saltats	FE		Fruita ECO	HDC		Minestra saltejada	LIP		Carn blanca magra /Fruita		<table border="1"> <tr><td>10</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Gaspaxo de meló d'alger</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Purè de mongetes</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Pizza margarida amb xampinyons</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Escalivada</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Peix al papillote /Fruita</td><td></td></tr> </table>	10		KCAL	1º	Gaspaxo de meló d'alger	PROT	2º	Purè de mongetes	CA	P	Pizza margarida amb xampinyons	FE		Fruita	HDC		Escalivada	LIP		Peix al papillote /Fruita	
6		KCAL																																																																																																											
1º	Encisam, tomaca, dacs i carlota	PROT																																																																																																											
2º	Crema mediterrània amb verdures de temporada amb tostons	CA																																																																																																											
P	Ragout de magre amb cous cous	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Xips de moniato al forn	LIP																																																																																																											
	Peix a la llima /Fruita																																																																																																												
7		KCAL																																																																																																											
1º	Humus de cigrons	PROT																																																																																																											
2º	Espirals a la italiana (tomaca, formatge)	CA																																																																																																											
P	Truita de tonyina amb carabasseta a planxa	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Bullit valencià	LIP																																																																																																											
	Carn blanca /Fruita																																																																																																												
8		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Cigrons temperats amb carabassa	CA																																																																																																											
P	Entrecuixa de pollastre desossat amb creïlles	FE																																																																																																											
	Lacti	HDC																																																																																																											
	Bròquil al vapor	LIP																																																																																																											
	Peix blanc /Fruita																																																																																																												
9		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	CA																																																																																																											
P	Crunch de salmó amb tirabeques saltats	FE																																																																																																											
	Fruita ECO	HDC																																																																																																											
	Minestra saltejada	LIP																																																																																																											
	Carn blanca magra /Fruita																																																																																																												
10		KCAL																																																																																																											
1º	Gaspaxo de meló d'alger	PROT																																																																																																											
2º	Purè de mongetes	CA																																																																																																											
P	Pizza margarida amb xampinyons	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Escalivada	LIP																																																																																																											
	Peix al papillote /Fruita																																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>13</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Encisam, tomaca, carlota i olives</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Llenties pardinas estofades P/ECO</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Truita de creïlles amb formatge fresc</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Broquetes de verdures</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn d'au /Fruita</td><td></td></tr> </table>	13		KCAL	1º	Encisam, tomaca, carlota i olives	PROT	2º	Llenties pardinas estofades P/ECO	CA	P	Truita de creïlles amb formatge fresc	FE		Fruita	HDC		Broquetes de verdures	LIP		Carn d'au /Fruita		<table border="1"> <tr><td>14</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Encisam, pimentó, tomaca i carlota</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Sopa d'au</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Nuggets de pollastre amb samfaina</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Albergínia gratinada al forn</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Hamburguesa de lluç /Fruita</td><td></td></tr> </table>	14		KCAL	1º	Encisam, pimentó, tomaca i carlota	PROT	2º	Sopa d'au	CA	P	Nuggets de pollastre amb samfaina	FE		Fruita	HDC		Albergínia gratinada al forn	LIP		Hamburguesa de lluç /Fruita		<table border="1"> <tr><td>15</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Gaspaxo andalús P/ECO</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tomaca i formatge tendre</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Arròs a banda</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Graellada de verdures</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Remenat d'alls tendres /Fruita</td><td></td></tr> </table>	15		KCAL	1º	Gaspaxo andalús P/ECO	PROT	2º	Tomaca i formatge tendre	CA	P	Arròs a banda	FE		Fruita ECO	HDC		Graellada de verdures	LIP		Remenat d'alls tendres /Fruita		<table border="1"> <tr><td>16</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>DÍA DEL CELÍAC Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Cigrons amb verdures</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Cuixa de pollastre desossat amb creïlles rostides</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Iogur natural</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Cous cous amb especíes</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Peix blau /Fruita</td><td></td></tr> </table>	16		KCAL	1º	DÍA DEL CELÍAC Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Cigrons amb verdures	CA	P	Cuixa de pollastre desossat amb creïlles rostides	FE		Iogur natural	HDC		Cous cous amb especíes	LIP		Peix blau /Fruita		<table border="1"> <tr><td>17</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida de verdures de temporada</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Espaguetis a la carbonara</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Lluç a la provençal</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Amanida completa</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn blanca magra /Fruita</td><td></td></tr> </table>	17		KCAL	1º	Amanida de verdures de temporada	PROT	2º	Espaguetis a la carbonara	CA	P	Lluç a la provençal	FE		Fruita	HDC		Amanida completa	LIP		Carn blanca magra /Fruita	
13		KCAL																																																																																																											
1º	Encisam, tomaca, carlota i olives	PROT																																																																																																											
2º	Llenties pardinas estofades P/ECO	CA																																																																																																											
P	Truita de creïlles amb formatge fresc	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Broquetes de verdures	LIP																																																																																																											
	Carn d'au /Fruita																																																																																																												
14		KCAL																																																																																																											
1º	Encisam, pimentó, tomaca i carlota	PROT																																																																																																											
2º	Sopa d'au	CA																																																																																																											
P	Nuggets de pollastre amb samfaina	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Albergínia gratinada al forn	LIP																																																																																																											
	Hamburguesa de lluç /Fruita																																																																																																												
15		KCAL																																																																																																											
1º	Gaspaxo andalús P/ECO	PROT																																																																																																											
2º	Tomaca i formatge tendre	CA																																																																																																											
P	Arròs a banda	FE																																																																																																											
	Fruita ECO	HDC																																																																																																											
	Graellada de verdures	LIP																																																																																																											
	Remenat d'alls tendres /Fruita																																																																																																												
16		KCAL																																																																																																											
1º	DÍA DEL CELÍAC Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Cigrons amb verdures	CA																																																																																																											
P	Cuixa de pollastre desossat amb creïlles rostides	FE																																																																																																											
	Iogur natural	HDC																																																																																																											
	Cous cous amb especíes	LIP																																																																																																											
	Peix blau /Fruita																																																																																																												
17		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida de verdures de temporada	PROT																																																																																																											
2º	Espaguetis a la carbonara	CA																																																																																																											
P	Lluç a la provençal	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Amanida completa	LIP																																																																																																											
	Carn blanca magra /Fruita																																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>20</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Encisam, tomaca, dacs i carlota</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Arròs tres delícies</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Abadejo a la biscaina</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Gaspaxo</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn magra de porc /Fruita</td><td></td></tr> </table>	20		KCAL	1º	Encisam, tomaca, dacs i carlota	PROT	2º	Arròs tres delícies	CA	P	Abadejo a la biscaina	FE		Fruita	HDC		Gaspaxo	LIP		Carn magra de porc /Fruita		<table border="1"> <tr><td>21</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Crema de fesols i verdures</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Goulash de titot amb blat tendre</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Caldo murcià</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Peix a la llima /Fruita</td><td></td></tr> </table>	21		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Crema de fesols i verdures	CA	P	Goulash de titot amb blat tendre	FE		Fruita	HDC		Caldo murcià	LIP		Peix a la llima /Fruita		<table border="1"> <tr><td>22</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Humus de cigrons</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Ensaladilla (tonyina, ou, creïlla, péso, maionesa) amb ou dur</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fideuà de verdures amb salsa de soja</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Taboule de couscous</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Mandonguilles vegetals /Fruita</td><td></td></tr> </table>	22		KCAL	1º	Humus de cigrons	PROT	2º	Ensaladilla (tonyina, ou, creïlla, péso, maionesa) amb ou dur	CA	P	Fideuà de verdures amb salsa de soja	FE		Fruita	HDC		Taboule de couscous	LIP		Mandonguilles vegetals /Fruita		<table border="1"> <tr><td>23</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Chupito de crema de meló</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Capritx de calamar</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Macarrons a la bolonyesa</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Iogur natural</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Ceba tendra i pimentó roig planxa</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn blanca /Fruita</td><td></td></tr> </table>	23		KCAL	1º	Chupito de crema de meló	PROT	2º	Capritx de calamar	CA	P	Macarrons a la bolonyesa	FE		Iogur natural	HDC		Ceba tendra i pimentó roig planxa	LIP		Carn blanca /Fruita		<table border="1"> <tr><td>24</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Llenties amb verdures amb arròs integral</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Truita de carbassó amb formatge manxec</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Crema de carabasseta</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Truita de ceba /Fruita</td><td></td></tr> </table>	24		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Llenties amb verdures amb arròs integral	CA	P	Truita de carbassó amb formatge manxec	FE		Fruita ECO	HDC		Crema de carabasseta	LIP		Truita de ceba /Fruita	
20		KCAL																																																																																																											
1º	Encisam, tomaca, dacs i carlota	PROT																																																																																																											
2º	Arròs tres delícies	CA																																																																																																											
P	Abadejo a la biscaina	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Gaspaxo	LIP																																																																																																											
	Carn magra de porc /Fruita																																																																																																												
21		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Crema de fesols i verdures	CA																																																																																																											
P	Goulash de titot amb blat tendre	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Caldo murcià	LIP																																																																																																											
	Peix a la llima /Fruita																																																																																																												
22		KCAL																																																																																																											
1º	Humus de cigrons	PROT																																																																																																											
2º	Ensaladilla (tonyina, ou, creïlla, péso, maionesa) amb ou dur	CA																																																																																																											
P	Fideuà de verdures amb salsa de soja	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Taboule de couscous	LIP																																																																																																											
	Mandonguilles vegetals /Fruita																																																																																																												
23		KCAL																																																																																																											
1º	Chupito de crema de meló	PROT																																																																																																											
2º	Capritx de calamar	CA																																																																																																											
P	Macarrons a la bolonyesa	FE																																																																																																											
	Iogur natural	HDC																																																																																																											
	Ceba tendra i pimentó roig planxa	LIP																																																																																																											
	Carn blanca /Fruita																																																																																																												
24		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Llenties amb verdures amb arròs integral	CA																																																																																																											
P	Truita de carbassó amb formatge manxec	FE																																																																																																											
	Fruita ECO	HDC																																																																																																											
	Crema de carabasseta	LIP																																																																																																											
	Truita de ceba /Fruita																																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>27</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Gaspaxo andalús</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Pasta a la italiana (tomaca, formatge)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Lluç a la marinera</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Tosta d'humus</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn blanca /Fruita</td><td></td></tr> </table>	27		KCAL	1º	Gaspaxo andalús	PROT	2º	Pasta a la italiana (tomaca, formatge)	CA	P	Lluç a la marinera	FE		Fruita	HDC		Tosta d'humus	LIP		Carn blanca /Fruita		<table border="1"> <tr><td>28</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Sopa minestrone amb verdures ecològiques</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Truita de creïlla amb ruito de york</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Carabasseta a la planxa</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Peix a la llima /Fruita</td><td></td></tr> </table>	28		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Sopa minestrone amb verdures ecològiques	CA	P	Truita de creïlla amb ruito de york	FE		Fruita ECO	HDC		Carabasseta a la planxa	LIP		Peix a la llima /Fruita		<table border="1"> <tr><td>29</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Encisam, tomaca, col, cogombre, tonyina</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Cigrons amb verdures</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Pollastre en salsa amb arròs basmati</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Creïlles al gratén</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Remenat de verdures /Fruita</td><td></td></tr> </table>	29		KCAL	1º	Encisam, tomaca, col, cogombre, tonyina	PROT	2º	Cigrons amb verdures	CA	P	Pollastre en salsa amb arròs basmati	FE		Fruita	HDC		Creïlles al gratén	LIP		Remenat de verdures /Fruita		<table border="1"> <tr><td>30</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Amanida fresca ecològica</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Crema de porros, carabassa i pera</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Friand de pernil i formatge</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Fruita</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Bajoqueta saltejada</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Carn magra de porc /Fruita</td><td></td></tr> </table>	30		KCAL	1º	Amanida fresca ecològica	PROT	2º	Crema de porros, carabassa i pera	CA	P	Friand de pernil i formatge	FE		Fruita	HDC		Bajoqueta saltejada	LIP		Carn magra de porc /Fruita		<table border="1"> <tr><td>31</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Enciam, tomaca, dacs, carlota, olives i tonyina</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Combinat (cèrcols de ceba, *fingers de formatge i creïlles *tex-*mex)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>Arròs amb pollastre de corral i alvocat</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>Gelat</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Wok de verdures</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td>Ou /Fruita</td><td></td></tr> </table>	31		KCAL	1º	Enciam, tomaca, dacs, carlota, olives i tonyina	PROT	2º	Combinat (cèrcols de ceba, *fingers de formatge i creïlles *tex-*mex)	CA	P	Arròs amb pollastre de corral i alvocat	FE		Gelat	HDC		Wok de verdures	LIP		Ou /Fruita	
27		KCAL																																																																																																											
1º	Gaspaxo andalús	PROT																																																																																																											
2º	Pasta a la italiana (tomaca, formatge)	CA																																																																																																											
P	Lluç a la marinera	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Tosta d'humus	LIP																																																																																																											
	Carn blanca /Fruita																																																																																																												
28		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Sopa minestrone amb verdures ecològiques	CA																																																																																																											
P	Truita de creïlla amb ruito de york	FE																																																																																																											
	Fruita ECO	HDC																																																																																																											
	Carabasseta a la planxa	LIP																																																																																																											
	Peix a la llima /Fruita																																																																																																												
29		KCAL																																																																																																											
1º	Encisam, tomaca, col, cogombre, tonyina	PROT																																																																																																											
2º	Cigrons amb verdures	CA																																																																																																											
P	Pollastre en salsa amb arròs basmati	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Creïlles al gratén	LIP																																																																																																											
	Remenat de verdures /Fruita																																																																																																												
30		KCAL																																																																																																											
1º	Amanida fresca ecològica	PROT																																																																																																											
2º	Crema de porros, carabassa i pera	CA																																																																																																											
P	Friand de pernil i formatge	FE																																																																																																											
	Fruita	HDC																																																																																																											
	Bajoqueta saltejada	LIP																																																																																																											
	Carn magra de porc /Fruita																																																																																																												
31		KCAL																																																																																																											
1º	Enciam, tomaca, dacs, carlota, olives i tonyina	PROT																																																																																																											
2º	Combinat (cèrcols de ceba, *fingers de formatge i creïlles *tex-*mex)	CA																																																																																																											
P	Arròs amb pollastre de corral i alvocat	FE																																																																																																											
	Gelat	HDC																																																																																																											
	Wok de verdures	LIP																																																																																																											
	Ou /Fruita																																																																																																												

Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassat (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisat per la nutricionista col·legiada Laura Guillem, Núm. CV00275
Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.
L'avaluació nutricional està basada en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la normativa vigent en cada comunitat.
La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre.

LA SALLE MAHON

Mayo - 2024 MENU MENSUAL LA SALLE MAHON 1-3 AÑOS

FRUTAS DE TEMPORADA:

banana, pera
fresa, naranja
pinya

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1274

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



<p>1</p> <p>E Festivo</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>2</p> <p>E Ensalada con fruta</p> <p>1º Lentejas a la hortelana P/ECO</p> <p>2º Tortilla de espinacas con tomate en aceite de albahaca</p> <p>P Yogur Artesano</p> <p>Espárragos con jamón Merluza con berenjenas a la miel /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>3</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Macarrones integrales con boloñesa vegetal, tomate y queso</p> <p>2º Fingers de pescado con brócoli</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Crema de calabacín Longanizas de pollo /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>6</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>1º Crema mediterránea con verduras de temporada con tostones</p> <p>2º Ragout de magro con cous cous</p> <p>P Fruta</p> <p>Chips de boniato al horno Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>7</p> <p>E Hummus de garbanzos</p> <p>1º Espirales a la italiana (tomate, queso)</p> <p>2º Tortilla de atún con calabacín a la plancha</p> <p>P Fruta</p> <p>Hervido valenciano Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>8</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Garbanzos templados con calabaza</p> <p>2º Entremuslo de pollo deshuesado con patatas</p> <p>P Lácteo</p> <p>Brócoli al vapor Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>13</p> <p>E Lechuga, tomate, zanahoria y olivas</p> <p>1º Lentejas pardinas estofadas P/ECO</p> <p>2º Tortilla de patata con queso fresco</p> <p>P Fruta</p> <p>Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>14</p> <p>E Lechuga, pimiento, tomate y zanahoria</p> <p>1º Sopa de ave</p> <p>2º Nuggets de pollo con "samfaina"</p> <p>P Fruta</p> <p>Berenjena gratinada al horno Hamburguesa de merluza /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>15</p> <p>E Gazpacho andaluz P/ECO</p> <p>1º Tomate y queso fresco</p> <p>2º Arroz a banda</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Parrillada de verduras Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>20</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>1º Arroz tres delicias</p> <p>2º Bacalao a la vizcaína</p> <p>P Fruta</p> <p>Gazpacho Carne magra de cerdo /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>21</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Crema de alubias y verduras</p> <p>2º Goulash de pavo con trigo tierno</p> <p>P Fruta</p> <p>Moje murciano Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>22</p> <p>E Hummus de garbanzos</p> <p>1º Ensaladilla (atún, huevo, patata, guisante, mayonesa) con huevo duro</p> <p>2º Fideuà de verduras con salsa de soja</p> <p>P Fruta</p> <p>Tabulé de couscous Albóndigas vegetales /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>27</p> <p>E Gazpacho andaluz</p> <p>1º Coditos a la italiana (tomate, queso)</p> <p>2º Merluza a la marinera</p> <p>P Fruta</p> <p>Tosta de hummus Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>28</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Sopa minestrone con verduras ecológicas</p> <p>2º Tortilla de patata con rulito de york</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Calabacín a la plancha Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>29</p> <p>E Lechuga, tomate, col, pepino, atún</p> <p>1º Garbanzos con verduras</p> <p>2º Pollo en salsa con arroz basmati</p> <p>P Fruta</p> <p>Patatas al gratén Revuelto de verduras /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>16</p> <p>DÍA DEL CELÍACO</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Garbanzos con verduras</p> <p>2º Muslo de pollo deshuesado con patatas asadas</p> <p>P Yogur natural</p> <p>Cous cous con especias Pescado azul /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>17</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada</p> <p>1º Espaguetis a la carbonara</p> <p>2º Merluza a la provenzal</p> <p>P Fruta</p> <p>Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>23</p> <p>E Chupito de crema de melón</p> <p>1º Capricho de calamar</p> <p>2º Macarrones a la boloñesa</p> <p>P Yogur natural</p> <p>Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>30</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Crema de puerros, calabaza y pera</p> <p>2º Friand de jamón y queso</p> <p>P Fruta</p> <p>Judías verdes salteadas Carne magra de cerdo /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas y atún</p> <p>1º Combo (aros de cebolla, fingers de queso y patatas tex-mex)</p> <p>2º Arroz de pollo y aguacate</p> <p>P Helado</p> <p>Wok de verduras Huevo /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>9</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>2º Crunch de salmón con tirabeques salteados</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Menestra salteada Carne blanca magra /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>10</p> <p>E Gazpacho de sandía</p> <p>1º Puré de alubias</p> <p>2º Pizza margarita con champiñones</p> <p>P Fruta</p> <p>Escalivada Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>11</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Garbanzos con verduras</p> <p>2º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>Menestra salteada Carne blanca magra /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>12</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Garbanzos templados con calabaza</p> <p>2º Entremuslo de pollo deshuesado con patatas</p> <p>P Lácteo</p> <p>Brócoli al vapor Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>

Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías etc. La evaluación nutricional está basada en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro.

