

LA SALLE MAHON

Setembre - 2025 MENU MENSUAL
LA SALLE MAHON

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Pinya, Meló
Meló d'Alger, Poma

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1274

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (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.

E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP
E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	10 E 1º 2º P S Ensalada de verdres de temporada Arròs tres delícies amb salsa de soja Mandonguilles a la jardineria Fruita Albergínia farcida de verdres Peix a la llima /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	11 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Macarrons integrals napolitana amb formatge Lluç a la marinera Fruita ECO Quinoa amb espècies Truita de carabasseta i alvocat /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	12 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Llenties amb verdres P/ECO Truita de creïlla amb formatge fresc Fruita Espàrrecs amb pernil Carn blanca magra /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP
15 E 1º 2º P S Ensalada fresca de temporada amb fruita Crema de llenties roges amb tostons Llonganisses amb tomaca Fruita Coliflor amb creïlla Peix a la llima /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	16 E 1º 2º P S Ensalada de verdres de temporada Pasta als 4 formatges Escòrpora a la menier amb pèsols Fruita Espinacs saltejats amb panses i pinyons Croquetes casolanes de llegums /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	17 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Fesols amb verdres ecològiques P/ECO Pizza Colevisa Fruita Xampinyons gratinats Salmó al papillote /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	18 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Sopa de bullit amb cigrons i verdres Truita de creïlla amb croquetes Iogurt Crepe de verdres Ous al plat /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	19 E 1º 2º P S SETMANA DE LA PAILLA Ensalada de verdres de temporada Calamars amb salsa de tomàquet Paella amb pollastre de camp Fruita ECO Panolla amb sal Remenat de bròquil i formatge /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP
22 E 1º 2º P S Ensalada de verdres de temporada Espaguetis integrals a la italiana amb alfàbega fresca Lluç a la provençal amb albergínia planxa Fruita Creïlles al gratén Mandonguilles de pollastre /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	23 E 1º 2º P S Ensalada de verdres de temporada Cigrons amb verdres Titot al curri amb creïlles Fruita Xips de moniato al forn Truita de tonyina i carabasseta /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	24 E 1º 2º P S Hummus de cigrons Arròs a la cubana (tomaca i ou) Llucet enfarinat amb amanida valenciana Fruita Faves saltejades amb alls tendres Titot a tacs amb carabasseta /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	25 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Sopa d'olla amb cigrons Ales de pollastre a la barbacoa (Infantil: contraccuixa desossada) amb panolla de dacs Fruita ECO Wok de verdres Gambes saltejades amb bolet /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	26 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Llenties amb verdres i poma P/ECO Truita de formatge amb pa, tomaca i pernil Batut casolà de fruites Bullit de verdres Panini de verdres, formatge i companatge KCAL PROT CA FE HDC LIP
29 E 1º 2º P S Ensalada de verdres de temporada Fideuà de verdres i xampinyons Crunch de salmó amb tomaca concassada Fruita Carabasseta a la planxa Carn d'au /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	30 E 1º 2º P S Ensalada de verdres de temporada Crema de porros i carabassa P/ECO Ous gratinats (tomaca, tonyina, pimentó) Fruita Ceba tendra i pimentó roig planxa Carn magra de porc /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP

LA SALLE MAHON

Septiembre - 2025 MENU MENSUAL
LA SALLE MAHON

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña, Melón
Sandía, Manzana

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1274

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



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 basa 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.

<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP																																																
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>10</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Arroz tres delicias con salsa de soja</td><td>918,20</td></tr><tr><td>1º</td><td>Albóndigas a la jardinera</td><td>28,26g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>116,45mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Berenjena rellena de verduras</td><td>4,81mg</td></tr><tr><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td>97,42g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>45,94g</td></tr></table>	10	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E	Arroz tres delicias con salsa de soja	918,20	1º	Albóndigas a la jardinera	28,26g	2º	Fruta	116,45mg	P	Berenjena rellena de verduras	4,81mg		Pescado al limón /Fruta	97,42g			45,94g	<table><tr><td>11</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Macarrones integrales napolitana con queso</td><td>929,80</td></tr><tr><td>1º</td><td>Merluza a la marinera</td><td>43,65g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta ECO</td><td>393,26mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Quinoa con especias</td><td>6,40mg</td></tr><tr><td></td><td>Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta</td><td>137,89g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>25,07g</td></tr></table>	11	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E	Macarrones integrales napolitana con queso	929,80	1º	Merluza a la marinera	43,65g	2º	Fruta ECO	393,26mg	P	Quinoa con especias	6,40mg		Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta	137,89g			25,07g	<table><tr><td>12</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Lentejas con verduras P/ECO</td><td>842,73</td></tr><tr><td>1º</td><td>Tortilla de patata con queso fresco</td><td>34,05g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>228,70mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Espárragos con jamón</td><td>9,45mg</td></tr><tr><td></td><td>Carne blanca magra /Fruta</td><td>105,91g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>32,30g</td></tr></table>	12	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E	Lentejas con verduras P/ECO	842,73	1º	Tortilla de patata con queso fresco	34,05g	2º	Fruta	228,70mg	P	Espárragos con jamón	9,45mg		Carne blanca magra /Fruta	105,91g			32,30g																					
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
10	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																														
E	Arroz tres delicias con salsa de soja	918,20																																																																																																														
1º	Albóndigas a la jardinera	28,26g																																																																																																														
2º	Fruta	116,45mg																																																																																																														
P	Berenjena rellena de verduras	4,81mg																																																																																																														
	Pescado al limón /Fruta	97,42g																																																																																																														
		45,94g																																																																																																														
11	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																														
E	Macarrones integrales napolitana con queso	929,80																																																																																																														
1º	Merluza a la marinera	43,65g																																																																																																														
2º	Fruta ECO	393,26mg																																																																																																														
P	Quinoa con especias	6,40mg																																																																																																														
	Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta	137,89g																																																																																																														
		25,07g																																																																																																														
12	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																														
E	Lentejas con verduras P/ECO	842,73																																																																																																														
1º	Tortilla de patata con queso fresco	34,05g																																																																																																														
2º	Fruta	228,70mg																																																																																																														
P	Espárragos con jamón	9,45mg																																																																																																														
	Carne blanca magra /Fruta	105,91g																																																																																																														
		32,30g																																																																																																														
<table><tr><td>15</td><td>Ensalada fresca de temporada con fruta</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Crema de lentejas rojas con tostones</td><td>858,52</td></tr><tr><td>1º</td><td>Longanizas con tomate</td><td>35,77g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>185,56mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Coliflor con patata</td><td>10,13mg</td></tr><tr><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td>118,58g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>27,97g</td></tr></table>	15	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL	E	Crema de lentejas rojas con tostones	858,52	1º	Longanizas con tomate	35,77g	2º	Fruta	185,56mg	P	Coliflor con patata	10,13mg		Pescado al limón /Fruta	118,58g			27,97g	<table><tr><td>16</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Caracolas a los 4 quesos</td><td>724,49</td></tr><tr><td>1º</td><td>Gallineta a la menier con guisantes</td><td>33,85g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>388,06mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Espinacas con pasas y piñones</td><td>5,39mg</td></tr><tr><td></td><td>Croquetas caseras de legumbres /Fruta</td><td>102,45g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>34,13g</td></tr></table>	16	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E	Caracolas a los 4 quesos	724,49	1º	Gallineta a la menier con guisantes	33,85g	2º	Fruta	388,06mg	P	Espinacas con pasas y piñones	5,39mg		Croquetas caseras de legumbres /Fruta	102,45g			34,13g	<table><tr><td>17</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Alubias blancas con verduras P/ECO</td><td>815,96</td></tr><tr><td>1º</td><td>Pizza Colevisa</td><td>33,93g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>292,12mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Champiñones gratinados</td><td>7,65mg</td></tr><tr><td></td><td>Salmón al papillote /Fruta</td><td>120,44g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>22,51g</td></tr></table>	17	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E	Alubias blancas con verduras P/ECO	815,96	1º	Pizza Colevisa	33,93g	2º	Fruta	292,12mg	P	Champiñones gratinados	7,65mg		Salmón al papillote /Fruta	120,44g			22,51g	<table><tr><td>18</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Sopa de cocido con verdura y garbanzos</td><td>992,07</td></tr><tr><td>1º</td><td>Tortilla de patata con croquetas</td><td>41,12g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Yogur</td><td>320,00mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Crepe de verduras</td><td>8,34mg</td></tr><tr><td></td><td>Huevos al plato /Fruta</td><td>100,29g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>52,06g</td></tr></table>	18	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E	Sopa de cocido con verdura y garbanzos	992,07	1º	Tortilla de patata con croquetas	41,12g	2º	Yogur	320,00mg	P	Crepe de verduras	8,34mg		Huevos al plato /Fruta	100,29g			52,06g	<table><tr><td>19</td><td>SEMANA DE LA PAELLA</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>992,07</td></tr><tr><td>1º</td><td>Calamares con salsa de tomate</td><td>41,12g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Paella con pollo de campo</td><td>320,00mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>8,34mg</td></tr><tr><td></td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td>100,29g</td></tr><tr><td></td><td>Revuelto de brócoli con queso /Fruta</td><td>52,06g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>16,47g</td></tr></table>	19	SEMANA DE LA PAELLA	KCAL	E	Ensalada de verduras de temporada	992,07	1º	Calamares con salsa de tomate	41,12g	2º	Paella con pollo de campo	320,00mg	P	Fruta ECO	8,34mg		Mazorca de maíz con sal	100,29g		Revuelto de brócoli con queso /Fruta	52,06g			16,47g
15	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL																																																																																																														
E	Crema de lentejas rojas con tostones	858,52																																																																																																														
1º	Longanizas con tomate	35,77g																																																																																																														
2º	Fruta	185,56mg																																																																																																														
P	Coliflor con patata	10,13mg																																																																																																														
	Pescado al limón /Fruta	118,58g																																																																																																														
		27,97g																																																																																																														
16	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																														
E	Caracolas a los 4 quesos	724,49																																																																																																														
1º	Gallineta a la menier con guisantes	33,85g																																																																																																														
2º	Fruta	388,06mg																																																																																																														
P	Espinacas con pasas y piñones	5,39mg																																																																																																														
	Croquetas caseras de legumbres /Fruta	102,45g																																																																																																														
		34,13g																																																																																																														
17	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																														
E	Alubias blancas con verduras P/ECO	815,96																																																																																																														
1º	Pizza Colevisa	33,93g																																																																																																														
2º	Fruta	292,12mg																																																																																																														
P	Champiñones gratinados	7,65mg																																																																																																														
	Salmón al papillote /Fruta	120,44g																																																																																																														
		22,51g																																																																																																														
18	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																														
E	Sopa de cocido con verdura y garbanzos	992,07																																																																																																														
1º	Tortilla de patata con croquetas	41,12g																																																																																																														
2º	Yogur	320,00mg																																																																																																														
P	Crepe de verduras	8,34mg																																																																																																														
	Huevos al plato /Fruta	100,29g																																																																																																														
		52,06g																																																																																																														
19	SEMANA DE LA PAELLA	KCAL																																																																																																														
E	Ensalada de verduras de temporada	992,07																																																																																																														
1º	Calamares con salsa de tomate	41,12g																																																																																																														
2º	Paella con pollo de campo	320,00mg																																																																																																														
P	Fruta ECO	8,34mg																																																																																																														
	Mazorca de maíz con sal	100,29g																																																																																																														
	Revuelto de brócoli con queso /Fruta	52,06g																																																																																																														
		16,47g																																																																																																														
<table><tr><td>22</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Espaguetis integrales a la italiana con albahaca fresca</td><td>839,12</td></tr><tr><td>1º</td><td>Merluza a la provenzal con berenjena plancha</td><td>32,60g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>318,26mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Patatas al gratén</td><td>5,72mg</td></tr><tr><td></td><td>Albóndigas de pollo /Fruta</td><td>118,06g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>28,52g</td></tr></table>	22	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E	Espaguetis integrales a la italiana con albahaca fresca	839,12	1º	Merluza a la provenzal con berenjena plancha	32,60g	2º	Fruta	318,26mg	P	Patatas al gratén	5,72mg		Albóndigas de pollo /Fruta	118,06g			28,52g	<table><tr><td>23</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Garbanzos con verduras</td><td>829,09</td></tr><tr><td>1º</td><td>Pavo al curry con patatas</td><td>39,04g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>214,67mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Chips de boniato al horno</td><td>9,38mg</td></tr><tr><td></td><td>Tortilla de atún y calabacín /Fruta</td><td>96,42g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>31,72g</td></tr></table>	23	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E	Garbanzos con verduras	829,09	1º	Pavo al curry con patatas	39,04g	2º	Fruta	214,67mg	P	Chips de boniato al horno	9,38mg		Tortilla de atún y calabacín /Fruta	96,42g			31,72g	<table><tr><td>24</td><td>Hummus de garbanzos</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>882,21</td></tr><tr><td>1º</td><td>Pescadilla enharinada con ensalada valenciana</td><td>34,75g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>177,12mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Habas rehogadas con ajos tiernos</td><td>6,94mg</td></tr><tr><td></td><td>Pavo a tacos con calabacín /Fruta</td><td>120,26g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>29,75g</td></tr></table>	24	Hummus de garbanzos	KCAL	E	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	882,21	1º	Pescadilla enharinada con ensalada valenciana	34,75g	2º	Fruta	177,12mg	P	Habas rehogadas con ajos tiernos	6,94mg		Pavo a tacos con calabacín /Fruta	120,26g			29,75g	<table><tr><td>25</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Sopa de cocido con garbanzos</td><td>836,06</td></tr><tr><td>1º</td><td>Alitas de pollo a la barbacoa (Infantil: contramuslo deshuesado) con mazorca de maíz</td><td>40,79g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta ECO</td><td>148,90mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Wok de verduras</td><td>6,93mg</td></tr><tr><td></td><td>Gambas salteadas con setas /Fruta</td><td>102,95g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>30,46g</td></tr></table>	25	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E	Sopa de cocido con garbanzos	836,06	1º	Alitas de pollo a la barbacoa (Infantil: contramuslo deshuesado) con mazorca de maíz	40,79g	2º	Fruta ECO	148,90mg	P	Wok de verduras	6,93mg		Gambas salteadas con setas /Fruta	102,95g			30,46g	<table><tr><td>26</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Lentejas con verduras y manzana P/ECO</td><td>936,07</td></tr><tr><td>1º</td><td>Tortilla de queso con pan, tomate y jamón</td><td>48,82g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Batido casero de frutas</td><td>653,53mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Hervido de verduras</td><td>10,44mg</td></tr><tr><td></td><td>Panini de verduras, queso y fiambre /Fruta</td><td>84,04g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>45,36g</td></tr></table>	26	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E	Lentejas con verduras y manzana P/ECO	936,07	1º	Tortilla de queso con pan, tomate y jamón	48,82g	2º	Batido casero de frutas	653,53mg	P	Hervido de verduras	10,44mg		Panini de verduras, queso y fiambre /Fruta	84,04g			45,36g			
22	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																														
E	Espaguetis integrales a la italiana con albahaca fresca	839,12																																																																																																														
1º	Merluza a la provenzal con berenjena plancha	32,60g																																																																																																														
2º	Fruta	318,26mg																																																																																																														
P	Patatas al gratén	5,72mg																																																																																																														
	Albóndigas de pollo /Fruta	118,06g																																																																																																														
		28,52g																																																																																																														
23	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																														
E	Garbanzos con verduras	829,09																																																																																																														
1º	Pavo al curry con patatas	39,04g																																																																																																														
2º	Fruta	214,67mg																																																																																																														
P	Chips de boniato al horno	9,38mg																																																																																																														
	Tortilla de atún y calabacín /Fruta	96,42g																																																																																																														
		31,72g																																																																																																														
24	Hummus de garbanzos	KCAL																																																																																																														
E	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	882,21																																																																																																														
1º	Pescadilla enharinada con ensalada valenciana	34,75g																																																																																																														
2º	Fruta	177,12mg																																																																																																														
P	Habas rehogadas con ajos tiernos	6,94mg																																																																																																														
	Pavo a tacos con calabacín /Fruta	120,26g																																																																																																														
		29,75g																																																																																																														
25	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																														
E	Sopa de cocido con garbanzos	836,06																																																																																																														
1º	Alitas de pollo a la barbacoa (Infantil: contramuslo deshuesado) con mazorca de maíz	40,79g																																																																																																														
2º	Fruta ECO	148,90mg																																																																																																														
P	Wok de verduras	6,93mg																																																																																																														
	Gambas salteadas con setas /Fruta	102,95g																																																																																																														
		30,46g																																																																																																														
26	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																														
E	Lentejas con verduras y manzana P/ECO	936,07																																																																																																														
1º	Tortilla de queso con pan, tomate y jamón	48,82g																																																																																																														
2º	Batido casero de frutas	653,53mg																																																																																																														
P	Hervido de verduras	10,44mg																																																																																																														
	Panini de verduras, queso y fiambre /Fruta	84,04g																																																																																																														
		45,36g																																																																																																														
<table><tr><td>29</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Fideuà de verduras y champiñones</td><td>895,19</td></tr><tr><td>1º</td><td>Crunch de salmón con tomate concassé</td><td>39,17g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>132,26mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Calabacín a la plancha</td><td>6,29mg</td></tr><tr><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>144,84g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>43,36g</td></tr></table>	29	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E	Fideuà de verduras y champiñones	895,19	1º	Crunch de salmón con tomate concassé	39,17g	2º	Fruta	132,26mg	P	Calabacín a la plancha	6,29mg		Carne de ave /Fruta	144,84g			43,36g	<table><tr><td>30</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>E</td><td>Crema de puerros y calabaza P/ECO</td><td>787,07</td></tr><tr><td>1º</td><td>Huevos al gratén (tomate, atún, pimiento)</td><td>27,39g</td></tr><tr><td>2º</td><td>Fruta</td><td>279,06mg</td></tr><tr><td>P</td><td>Cebolleta y pimiento rojo plancha</td><td>6,57mg</td></tr><tr><td></td><td>Carne magra de cerdo /Fruta</td><td>77,27g</td></tr><tr><td></td><td></td><td>42,46g</td></tr></table>	30	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E	Crema de puerros y calabaza P/ECO	787,07	1º	Huevos al gratén (tomate, atún, pimiento)	27,39g	2º	Fruta	279,06mg	P	Cebolleta y pimiento rojo plancha	6,57mg		Carne magra de cerdo /Fruta	77,27g			42,46g	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table><tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr><tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr><tr><td>2º</td><td>CA</td></tr><tr><td>P</td><td>FE</td></tr><tr><td></td><td>HDC</td></tr><tr><td></td><td>LIP</td></tr></table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP																														
29	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																														
E	Fideuà de verduras y champiñones	895,19																																																																																																														
1º	Crunch de salmón con tomate concassé	39,17g																																																																																																														
2º	Fruta	132,26mg																																																																																																														
P	Calabacín a la plancha	6,29mg																																																																																																														
	Carne de ave /Fruta	144,84g																																																																																																														
		43,36g																																																																																																														
30	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																														
E	Crema de puerros y calabaza P/ECO	787,07																																																																																																														
1º	Huevos al gratén (tomate, atún, pimiento)	27,39g																																																																																																														
2º	Fruta	279,06mg																																																																																																														
P	Cebolleta y pimiento rojo plancha	6,57mg																																																																																																														
	Carne magra de cerdo /Fruta	77,27g																																																																																																														
		42,46g																																																																																																														
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																															
1º	PROT																																																																																																															
2º	CA																																																																																																															
P	FE																																																																																																															
	HDC																																																																																																															
	LIP																																																																																																															