

Mayo

GENCUINA 

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4

Ensalada de tomate, queso fresco y maíz 7
Lentejas con verduras ECO
Tortilla de calabacín 3
Fruta de temporada

Lubina al horno con patata 4

5

Ensalada con manzana, zanahoria y pepino
Arroz a la cubana con tomate casero
Fajita de falafel casero con salsa yogur 1,3,6,7
Fruta de temporada

Hamburguesa con brócoli

6

Ensalada valenciana
Puré de verduras ECO con picatostes caseros 1
Albóndigas a la italiana 7
Fruta de temporada

Sardinas al horno con picada 4

7

Humus con picos camperos 1
Macarrones integrales con carne y verduras 1,3,6,9
Merluza con patatas a lo pobre 4
Fruta de temporada

Chuleta de pavo al ajillo

8

Tosta de ajo, perejil y AOVE 1
Sopa de verdura juliana 1,3,6
Korma de pavo estilo indú 7,8
Yogur con fruta 7

Pizza casera de pavo y setas 1

11

Ensalada con naranja, maíz y nueces 8
Espirales integrales con boloñesa vegetal 1,3,6
Tacos de rape con pimiento rojo 4
Fruta de temporada

Salteado de pollo y verduras

12

Ensaladilla Rusa 3,4
Garbanzos con calabaza y cúrcuma
Lomo cinta con mazorca de maíz
Fruta de temporada

Emperador con patata asada 4

13

Mezclum con tomate, zanahoria y maíz
Paella valenciana
Croquetas de bacalao 1,4,7
Fruta de temporada

Gambas salteadas con curry

14

Ensalada con queso feta, pepino y zanahoria 7
Crema de verduras con picatostes 1
Jamoncitos de pollo con hierbas provenzales
Yogur con galleta molida 1,3,6,9,11

Champiñones rellenos de carne

15

Pan gratinado con queso y AOVE 1,7
Guisado de magro y verduras
Tacos de caella enharinados 1,4
Fruta de temporada

Hervido valenciano

18

Ensalada con aceitunas, maíz y zanahoria
Arroz al horno
Entremeses 7
Fruta de temporada

Salmón al papillote 4

19

Tosta de pan con tomate 1
Alubias con verduras y chorizo
Tortilla de patatas 3
Fruta de temporada

Pimientos rellenos

20

Ensalada con manzana, nueces y queso edam 7,8
Espaguetis con salsa boloñesa 1,3,6
Boquerones enharinados 1,4
Fruta de temporada

Pechuga de pollo y puré de patatas

21

Pantostado con especias y AOVE 1
Guisado de rape, sepia y gambas 2,4,13
Pollo al horno con salsa mostaza y miel 9
Coca de llanda 1,3,7

Tortilla de boniato 3

22

Ensalada cesar 1,3,6,7
Crema de verduras ECO
Pizza de bacon y queso 1,7
Yogur con fruta 7

Hamburguesa de merluza

25

Ensalada de patata y tomate
Arroz tres delicias 2,3,4,6,13
Bacalao encebollado 4
Fruta de temporada

Tortilla de calabacín 3

26

Ensalada de quinoa
Lentejas con verduras y arroz integral
Pechuga de pollo con salsa de setas 7
Fruta de temporada

Verduras salteadas con salmón 4,6

27

Ensalada con zanahoria, maíz y aceitunas
Crema de verduras con picatostes 1
Panini de atun y cebolla gratinado 1,4,7
Fruta de temporada

Lubina al horno con pimiento tricolor 4

28

Tosta de pimenton y AOVE
Sopa de menudillos 1,3,6
Tacos de pavo con salsa de cebolla
Yogur con galleta molida 1,3,6,9,11

Revuelto de espárragos y gambas 2,3,4,13

29

Ensalada con tomate, pepino y zanahoria
Pasta a la carbonata 1,3,6,7
Gallineta en salsa de tomate casera 4
Fruta de temporada

Ternera con verduras y teriyaki

1-GLUTEN 2-CRUSTÁCEOS 3-HUEVO 4-PESCADO 5-CACAHUETE 6-SOJA 7-LECHE 8-FRUTOS SECOS 9-MOSTAZA 10-SÉSAMO 11-SULFITOS 12-APIO 13-MOLUSCOS 14-ALTRAMUCES

