

Menú:

Centro:

General

CEIP El Fabraquer



Mes:

Octubre 2019

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

0

1

1º Espaguetis integrales con beicon, tomate y albahaca (1,3,6,7)
2º Ensalada variada (12)
3º Merluza al romero (4) con cubitos de calabacín
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

2

1º Estofado de garbanzos con verduras
2º Focaccia (1) de jamón york y queso (7)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

3

1º Paella valenciana
2º Ensalada variada (12)
3º Jamón serrano con tosta integral de tomate (1,6,7,11)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

4

1º Puré de judías blancas con pimentón
2º Pechuga de pollo al curry
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

7

1º Sopa de letras con verduras (1,3)
2º Merluza a la andaluza (1,3,4)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

8

1º Lentejas con chorizo (6,7,12)
2º Tortilla de patatas (3) con ensalada murciana (4)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

9

Festivo

10

1º Ensalada Caprese con tomate y queso fresco (7)
2º Estofado de pavo con patatas
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

11

1º Crema de puerros
2º Ensalada variada (12)
3º Filete de bacalao (2,4) con patata dado
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

14

Festivo

15

Festivo

16

1º Garbanzos con chorizo (6,7,12)
2º Tortilla (3) con jamón, queso (7) y ensalada (12)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

17

1º Hervido valenciano
2º Merluza (4) con salsa de tomate
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

18

1º Sopa marinera (1,2,3,4,9,12,13)
2º Muslo de pollo al horno con patata asada y ensalada (12)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

21

1º Empedrado de habichuelas
2º Tortilla francesa (3) con calabacín y tosta de pan integral (1,6,7,11)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

22

1º Crema de verduras (7) con tostones (1)
2º Filete de merluza (4) con champiñones
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

23

1º Sopa de cocido (1,3)
2º Ensalada variada (12)
3º Cocido completo (garbanzos, verdura y carne) (3,6,7,12)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

24

1º Fideuà de pescado (1,2,3,4,12,13)
2º Ensalada variada
3º Lomo adobado al horno (6,7)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

25

1º Ensalada caprichosa (3,5,6,7,8,12)
2º Arroz de verduras con magro
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

28

1º Lentejas hortelana
2º Tortilla española (3) con ensalada (12)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

29

1º Ensalada César (1,2,3,4,6,7,10,11,12,13)
2º Arroz a la marinera (2,4,12,13)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

30

1º Crema de garbanzos
2º Fajitas de pollo con verduras (1)
Postre: Fruta ecológica y leche (7)

31

1º Macarrones integrales a la napolitana (1,3,7)
2º Lomo natural con ensalada
Postre: Fruta ecológica y leche (7)



Diariamente:
Ensalada Pan

Relación de alérgenos según RD 126/2015. Les informamos de los alérgenos que contienen directa o indirectamente cada plato siguiendo los siguientes números:



Kcal Proteínas Hidratos de carbono Lípidos
*Valoración nutricional: D. Calidad Servalia.

Accede a los menús de tu centro en:
www.servalia.org
Usuario: **elfabraquer**
Contraseña: **0340**
C/ Poeta Ricard Sanmartí, 24 B.
46020 Valencia
T 96 361 61 70. F 96 393 70 07
www.servalia.org
servalia@servalia.org
PAPEL REICLADO 100%