




2009

NOVIEMBRE

2	LUNES DILLUNS	Pan - Lechuga, tomate, nueces, brotes soja <i>Pa - Lletuga, tomaca, anous, brotes soja</i>	Crema de marisco <i>Crema de marisc</i>	Albóndigas a la jardinera con pasta hervida <i>Mandonguilles a la jardinera amb pasta bollida</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 758.4 - Prot 30.1 Lip 28.2 - Hc 82
3	MARTES DIMARTS	Pan - Lechuga, tomate, cebolla, olivas <i>Pa - Lletuga, tomaca, ceba, olives</i>	Paella valenciana <i>Paella valencia</i>	Tortilla francesa con queso <i>Truita francesa amb formatge</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 747.4 - Prot 32 Lip 26.3 - Hc 93.7
4	MIERCOLES DIMECRES	Pan - Lechuga, pepino, zanahoria, maiz <i>Pa - Lletuga, cogombre, safanòria, dacsa</i>	Fabada vegetal <i>Fabada vegetal</i>	Lomo cinta plancha con puré de patatas <i>Cinta de llomello planxa amb puré creïlles</i>	Yogurt  <i>logurt</i>	Kcal 774 - Prot 35.4 Lip 23.2 - Hc 76.5
5	JUEVES DIJOUS	Pan - Frutos secos <i>Pa - Fruïts secs</i>	Fideuá de champiñones(champiñon,cebolla,carne picada) <i>Fideuà de xampinyos(xampinyons,ceba,carn picada)</i>	Merluza orly con ensalada <i>Tall de lluç orly amb amanida</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 760.4 - Prot 35.9 Lip 25.4 - Hc 89.6
6	VIERNES DIVENDRES	Pan - Lechuga, tomate, pasas, jamón york <i>Pa - Lletuga, tomaca, panses, pernil dolç</i>	Arroz con acelgas <i>Arros en bledes</i>	Pollo barbacoa con salteado de maiz <i>Pollastre barbacoa amb saltejat de dacsa</i>	Queso con membrillo <i>Formatge amb codony</i>	Kcal 731 - Prot 29.5 Lip 24.8 - Hc 85
9	LUNES DILLUNS	Pan - Lechuga, tomate, bacon, pipas <i>Pa - Lletuga, tomaca, bacon, pipes</i>	Tallarines con atún <i>Tallarins amb tonyina</i>	Tortilla de espinacas con pechuga de pavo <i>Truita d'espínacs amb pit de titot</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 761.4 - Prot 32.9 Lip 27.2 - Hc 88.6
10	MARTES DIMARTS	Lechuga, tomate, maiz, remolacha <i>Lletuga, tomaca, dacsa, remolatxa</i>	Lentejas con arroz <i>Llentilles amb arròs</i>	Panini napolitana <i>Panini napolitana</i>	Flan 	Kcal 758.8 - Prot 34 Lip 27.5 - Hc 87.4
11	MIERCOLES DIMECRES	Pan - Lechuga, zanahoria, pimiento, york <i>Pa - Lletuga, safanòria, pebre, penirli dolç</i>	Sopa de cocido <i>Sopa d'olla</i>	Cocido madrileño <i>Olla madrilenya</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 775.5 - Prot 31.2 Lip 28.4 - Hc 82.8
12	JUEVES DIJOUS	Pan - Lechuga, tomate, huevo duro, atún <i>Pa - Lletuga, tomaca, ou dur, tonyina</i>	Arroz de verduras <i>Arros de verdures</i>	Emperador plancha con nabo crujiente <i>Emperador planxa amb nap cruixent</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 764 - Prot 36.5 Lip 29.8 - Hc 83.4
13	VIERNES DIVENDRES	Pan - Lechuga, tomate, manzana, queso <i>Pa - Lletuga, tomaca, poma, formatge</i>	Patatas al gratén <i>Creïlles gratinades</i>	Jamón salseado con champiñones <i>Pernil sasejat amb xampinyons</i>	Petit - suisse <i>Petit - suisse</i>	Kcal 831 - Prot 32.4 Lip 26.2 - Hc 96.5
16	LUNES DILLUNS	Pan - Frutos secos <i>Pa - Fruïts secs</i>	Caracolas boloñesa <i>Caragols bolonyesa</i>	Rodaja de merluza con ensalada <i>Rodanxa de lluç amb amanida</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 849.1 - Prot 35.1 Lip 23.7 - Hc 87.8
17	MARTES DIMARTS	Pan - Lechuga, tomate, espárragos <i>Pa - Lletuga, tomaca, espàrregs</i>	Potaje de garbanzos <i>Potatge de cigrons</i>	Magro con tomate <i>Magre amb tomaca</i>	Crema griega con fruta <i>Crema grega amb fruita</i>	Kcal 722 - Prot 31.5 Lip 21.4 - Hc 80.3
18	MIERCOLES DIMECRES	Pan - Repollo, piña, york, maiz <i>Pa - Repollo, pinya, pernil dolç, dacsa</i>	Sopa de estrellas <i>Sopa d'esteles</i>	Huevo frito, patatas y bacon <i>Ou fregit, creïlles i bacon</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 876.4 - Prot 36.5 Lip 30.2 - Hc 96.4
19	JUEVES DIJOUS	Pan - Lechuga, tomate, olivas, soja <i>Pa - Lletuga, tomaca, olives, soja</i>	Arroz milanesa (guisantes,pimiento,bacon,chorizo) <i>Arros milanesa (pesols,pebre,bacon,xoriç)</i>	Lenguado plancha con aros de cebolla <i>Llenguat planxa amb anells de ceba</i>	Helado <i>Gelat</i>	Kcal 794.2 - Prot 32 Lip 24.1 - Hc 89.2
20	VIERNES DIVENDRES	Pan - Lechuga, tomate, queso, pepino <i>Pa - Lletuga, tomaca, formatge, cogombre</i>	Hervido valenciano <i>Bullit valencià</i>	Pollo al limón con palomitas <i>Pollastre en llima amb roses</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 753.5 - Prot 30.5 Lip 27.4 - Hc 83.9
23	LUNES DIJOUS	Pan - Lechuga, tomate, pollo, salsa rosa <i>Pa - Lletuga, tomaca, pollastre, salsa rosa</i>	Lentejas juliana <i>Llentilles juliana</i>	Hamburguesa con mixto de verduras <i>Hamburguesa amb mixt de verdures</i>	Yogurt  <i>logurt</i>	Kcal 765 - Prot 32.7 Lip 27.8 - Hc 96
24	MARTES DIMARTS	Pan - Lechuga, maiz, remolacha, olivas <i>Pa - Lletuga, dacsa, remolatxa, olives</i>	Arroz "en fesols i naps" <i>Arros en fesols i naps</i>	Tortilla de patatas con tomate natural <i>Truita de creïlles amb tomaca natural</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 743.8 - Prot 31.3 Lip 25.9 - Hc 88.4
25	MIERCOLES DIMECRES	Pan - Lechuga, tomate, zanahoria, atún <i>Pa - Lletuga, tomaca, safanòria, tonyina</i>	Sopa cubierta <i>Sopa coberta</i>	Carne empanada con pisto <i>Carn empanada amb samfaina</i>	Manzanas asadas <i>Pomes torrades</i>	Kcal 735.2 - Prot 36.7 Lip 27.3 - Hc 82.2
26	JUEVES DIJOUS	Pan - Frutos secos <i>Pa - Fruïts secs</i>	Arroz al horno <i>Arros al forn</i>	Taco calamar plancha con ensalada <i>Calamar planxa amb amanida</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 802.6 - Prot 36.4 Lip 23.7 - Hc 83.9
27	VIERNES DIVENDRES	Pan - Lechuga, tomate, queso, oregano <i>Pa - Lletuga, tomaca, formatge, oregana</i>	Espaguetis napolitana (cebolla,york,bacon) <i>Espaguetis napolitana (ceba,pernil dolç,bacon)</i>	Pechuga plancha con espinacas salteadas <i>Pit de pollastre planxa amb espínacs saltejats</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 817.5 - Prot 30.5 Lip 27.3 - Hc 81.5
30	LUNES DILLUNS	Pan - Lechuga, nueces, york, manzana <i>Pa - Lletuga, anous, pernil dolç, poma</i>	Macarrones italiana (berenjena,calabacin,champiñon) <i>Macarrons italiana (albergina,carabassi,xampinyons)</i>	"Suc" de rape <i>"Suc" de rape</i>	Fruta - Batido sabores <i>Fruita - Batut sabors</i>	Kcal 812 - Prot 33.6 Lip 26.7 - Hc 87.2



Tambien contamos con menú de dieta blanda, infantil y menús adaptados a diferentes tipos de alergias. Nuestros menús están avalados por el departamento de Ciencia e Ingeniería de Alimentos de la Universidad Politécnica de Valencia

