



MENÚ COMEDOR



EMPRESA DE CATERING HNOS. ALOY, S.L.
SALONES AZHOR
C/Ramón y Cajal, 21
Bétera - Valencia
Tel. 96 160 13 36



MENÚ COMEDOR, OCTUBRE 2017

LUNES 2					MARTES 3					MIÉRCOLES 4					JUEVES 5					VIERNES 6				
Fideuà Tortilla española de patata y cebolla Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas Fruta del tiempo					Fabada asturiana Pollo al horno con patatas al horno Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino o repollo Fruta del tiempo					Macarrones a la boloñesa Merluza con salsa verde y guisantes Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pasas y pipas de calabaza Postre lácteo					Guisado de verduras y costillas Quesito y fiambre de pavo Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, atún y aceitunas Helado y fruta					Arroz a la marinera Nuggets de pollo con brócoli Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y soja Fruta del tiempo				
Fideuà Truita espanyola de creïlla i ceba Amanida d'encisam, dacsà, carlota i olives Fruta del temps					Fabada asturiana Pollastre al forn amb creïlles al forn Amanida d'encisam, dacsà, carlota i cogombre o col Fruta de temps					Macarrons a la bolonyesa Lluç amb salsa verda i pèsols Amanida d'encisam, dacsà, carlota, panses i pipes de carabassa Postre lacti					Guisat de verdures i costelles Formatget i companatge de titot Amanida d'encisam, dacsà, carlota, tonyina i olives Gelati i fruita					Arròs a la marinera Nuggets de pollastre amb brócoli Amanida d'encisam, dacsà, carlota, tomaca i soja Fruta del temps				
Cena rec./Sopar recom.: Hervido con pavo. Yogur/ Bullit valencià amb titot. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Lenguado plancha y cebolla. Yogur/Llenguado planxa i ceba. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Tortilla y jamón. Fruta / Truita i pernil. Fruita					Cena rec./Sopar recom.: Sopa de pescado y patata. Fruta/ Sopa de peix i creïlla. Fruita.					Cena rec./Sopar recom.: Puré de verduras y huevo cocido. Yogur/ Puré de verdures i ou. Iogurt.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	584,38	13,14 g	76,22 g	23,92 g	3-8	562,36	43,86 g	61,64 g	13,21 g	3-8	553,89	31,24 g	65,66 g	19,72 g	3-8	870,84	38,36 g	79,64 g	35,85 g	3-8	511,56	27,58 g	32,72 g	13,38 g
9-14	761,84	17,52 g	98,36 g	31,96 g	9-14	668,19	60,78 g	76,58 g	12,48 g	9-14	510,47	41,22 g	89,08 g	37,26 g	9-14	981,9	48,18 g	99,48 g	43,31 g	9-14	681,72	37,86 g	43,52 g	17,84 g
LUNES 9					MARTES 10					MIÉRCOLES 11					JUEVES 12					VIERNES 13				
FIESTA / FESTA					Sopa de ave con maravilla Surfers de merluza con judías verdes Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y apio Fruta del tiempo					Potaje de garbanzos y espinacas Hamburguesa mixta con ketchup Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y queso Postre lácteo					FIESTA / FESTA					Arroz a la cubana con huevo cocido Longanizas con papas Ens. de lechuga, maíz, zanahoria, pasas y pipas Fruta del tiempo				
					Sopa d'au amb meravella Surfers de lluç amb fesols verds Amanida d'encisam, dacsà, carlota i api Fruta del temps					Potatge de cigrons i espinacs Hamburguesa mixta amb ketchup Amanida d'encisam, dacsà, carlota i formatge Postre lacti										Arròs a la cubana amb ou cuit Llonganisses amb papes Aman. d'encisam, dacsà, carlota, panses i pipes Fruta del temps				
					Cena rec./Sopar recom.: Tortilla con cebolla. Yogur/ Truita amb ceba. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Dorada al horno. Fruta/Orada al forn. Fruita.										Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con atún. Yogur/ Amanida completa amb tonyina. Iogurt.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	637,38	30,96 g	96,08 g	23,18 g	3-8	703,52	36,56 g	81,64 g	33,33 g	3-8	703,52	36,56 g	81,64 g	33,33 g	3-8	573,96	19 g	32,78 g	24 g	3-8	573,96	19 g	32,78 g	24 g
9-14	777,17	41,54 g	116,54 g	32,54 g	9-14	787,91	46,12 g	102,12 g	52,43 g	9-14	787,91	46,12 g	102,12 g	52,43 g	9-14	764,92	26,42 g	43,6 g	32 g	9-14	764,92	26,42 g	43,6 g	32 g
LUNES 16					MARTES 17					MIÉRCOLES 18					JUEVES 19					VIERNES 20				
Guisado de verduras y patatas Lomo empanado con pisto Ens. de lechuga, maíz, zanahoria, guisantes Fruta del tiempo					Espirales con champiñones y queso Bacalao con tomate y cebolla Ens. de lechuga, maíz, zanah., sésamo y pipas Fruta del tiempo					Sopa de pescado con fideos Alitas de pollo con festival de verduras Ens. de lechuga, maíz, zanah., atún y aceitunas Postre lácteo					Arroz al horno Huevo cocido con atún Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y remolacha Helado y fruta					Lentejas con verduras Hamburguesa mixta con queso y ketchup Ens. de lechuga, maíz, zanah., tomate y aceitunas Fruta del tiempo				
Guisat de verdures i creïlles Llom empanat amb samfaina Amanida d'encisam, dacsà, carlota, pèsols Fruta del temps					Llaços amb xampinyons i formatge Bacallà amb tomaca i ceba Aman. d'encisam, dacsà, carlota, sèsam i pipes Fruta del temps					Sopa de peix amb fideus Aletes de pollastre amb festival de verdures Am. d'encisam, dacsà, carlota, tonyina i olives Postre lacti					Arròs al forn Ou cuit amb tonyina Amanida d'encisam, dacsà, carlota i remolatxa Gelati i fruita					Llentilles amb verdures Hamburguesa mixta amb formatge i ketchup Am. d'encisam, dacsà, carlota, tomaca i olives Fruta de temps				
Cena rec./Sopar recom.: Sardinias con cebolla Yogur / Sardines amb ceba. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Hervido valenciano. Yogur/ Bullit valencià. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Crema de verduras y jamón. Fruta/Crema de verdures i pernil. Fruita					Cena rec./Sopar recom.: Ternera con pimientos. Fruta/ Vedella amb pebreres. Fruita.					Cena rec./Sopar recom.: Salmón a la plancha. Yogur/ Salmó a la planxa. Iogurt.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	757,5	37,39 g	80,54 g	37,53 g	3-8	653,5	35,46 g	80,34 g	23,1 g	3-8	684,64	24,44 g	78,62 g	35,24 g	3-8	760,58	31,62 g	116,51 g	42,51 g	3-8	676,64	43,36 g	95,96 g	30,08 g
9-14	923,1	46,9 g	100,68 g	45,56 g	9-14	814,06	46,04 g	98,9 g	26,12 g	9-14	838,65	33,06 g	93,26 g	42,62 g	9-14	884,69	42,36 g	141,28 g	52,28 g	9-14	862,85	58,1 g	116,38 g	33,74 g



MENÚ COMEDOR



EMPRESA DE CATERING HNOS. ALOY, S.L.
SALONES AZHOR
C/Ramón y Cajal, 21
Bétera - Valencia
Tel. 96 160 13 36



MENÚ COMEDOR, OCTUBRE 2017

LUNES 23					MARTES 24					MIÉRCOLES 25					JUEVES 26					VIERNES 27				
Fideuá Tortilla española de patata y cebolla Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pasas y cacahuets Fruta del tiempo					Fabada asturiana Muslito de pollo con champiñones Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pipas de girasol Fruta del tiempo					Arroz con verduras Merluza con salsa marinera Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y jamón york Postre lácteo					Crema de hervido valenciano Lomo empanado con guisantes y zanahorias Ens. de lechuga, maíz, zanahoria y queso Helado y fruta					Lazos a la carbonara Fiambres de pavo Ens. de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y pasas Fruta del tiempo				
Fideuà Trita espanyola de creïlla i ceba Amanida d'encisam, dacsà, carlota, panses i cacauets Fruta del temps					Fabada asturiana Cuixet de pollastre amb xampinyons Amanida d'encisam, dacsà, carlota i pipes de gira-sol Fruta de temps					Arròs amb verdures Lluç amb salsa marinera Amanida d'encisam, dacsà, carlota i pernil dolç Postre lacti					Crema de bullit valencià Llom empanat amb pèsols i carlotes Amanida d'encisam, dacsà, carlota i formatge Gelat i fruita					Llaços a la carbonara Companatges de titot Am. d'encisam, dacsà, carlota, tomaca i panses Fruta del temps				
Cena rec./Sopar recom.: Hervido con pavo. Yogur/ Bullit valencià amb titot. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Lenguado a la plancha con cebolla. Yogur/Llenguado a la planxa amb ceba. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Hamburguesa con queso. Yogur/ Hamburguesa amb formatge. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Sepia a la plancha con mayonesa. Fruta/ Sèpia a la planxa amb maionesa. Fruta.					Cena rec./ Sopar recom.: Tortilla de queso Yogur/ Trita de formatge. Iogurt.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	584,38	13,14 g	76,22 g	23,92 g	3-8	637,38	30,96 g	96,08 g	23,18 g	3-8	461,55	23,62 g	71,9 g	27,58 g	3-8	631,6	15,52 g	71,78 g	35,86 g	3-8	767,06	25,95 g	80 g	23,24 g
9-14	761,84	17,52 g	98,36 g	31,96 g	9-14	777,17	41,54 g	116,54 g	32,54 g	9-14	600,35	31,06 g	97,4g	50,14 g	9-14	764,8	17,36 g	92,44 g	47,84 g	9-14	942,64	36,46 g	99,52 g	31,43 g

LUNES 30					MARTES 31				
Guisado de verduras y patata Surfers de merluza con judías verdes Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas Fruta del tiempo					Arroz a la cubana con huevo cocido Longanizas con papas Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pasas y pipas de calabaza Fruta del tiempo				
Guisat de verdures i creïlla Surfers de lluç amb fesols verds Amanida d'encisam, dacsà, carlota i olives Fruta del temps					Arròs a la cubana amb ou cuit Llonganisses amb papes Amanida d'encisam, dacsà, carlota, panses i pipes de carabassa Fruta del temps				
Cena rec./Sopar recom. Huevo cocido con atún y mayonesa. Yogur/ Ou cuit amb tonyina i maionesa. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: salmón a la plancha con tomate natural. Yogur/ Salmó a la planxa amb tomaca natural. Iogurt.				
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.
3-8	622,74	27,48 g	100,82 g	25,16 g	3-8	573,96	19 g	32,78 g	24 g
9-14	757,65	36,9 g	122,86 g	35,18 g	9-14	764,92	26,42 g	43,6 g	32 g

Fruta de temporada: Manzana, naranja, melocotón, melón, plátano, pera, .../
Fruita de temporada: Poma, taronja, bresquilla, meló, plàtan, pera, ...
Postre lácteo: Natillas, actimel, yogur, danonino, petit suisse, .../
Postre lacti: Natillas, actimel, iogurt, danonino, petit suisse, ...

Menú supervisado por la dietista-nutricionista Alma Palau, N° Col CV00133.

Todos los días se sirve agua mineral embotellada/Tots els dies es serveix aigua mineral embotellada.
Las ensaladas pueden variar para incorporar verduras de temporada/Les amanides poden variar per incloure verdures de temporada.
Disponemos de menú régimen/dieta blanda para aquellos alumnos que lo necesiten/Dispossem d'un menú règim/dieta blana per a aquells alumnes que ho necessiten.