



# MENÚ COMEDOR



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



## MENÚ DICIEMBRE 2017

### VIERNES 1

| Fideuà<br>Surtido de croquetas con festival de verduras<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y<br>aceitunas<br>Fruta del tiempo |        |        |         |        |
|--|--------|--------|---------|--------|
| Fideuà<br>Assortiment de croquetes amb festival de<br>verdures<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota, tomaca i olives<br>Fruta del temps    |        |        |         |        |
| Cena rec./ Sopar recom.: Cuscús y queso. Yogur/<br>Cuscús i formatge. Iogurt.  |        |        |         |        |
| Edad   | Kcal.  | Prot.  | HC.     | G.     |
| 3-8  | 762,84 | 23,5 g | 88,64 g | 29,1 g |
| 9-14   | 806,18 | 32,6 g | 109,8 g | 34,2 g |

| LUNES 4   |       |        |         |         | MARTES 5  |        |         |         |        | MIÉRCOLES 6                     |        |         |         |         | JUEVES 7  |        |         |         |         | VIERNES 8                       |  |  |  |  |
|---|-------|--------|---------|---------|---|--------|---------|---------|--------|---------------------------------|--------|---------|---------|---------|---|--------|---------|---------|---------|---------------------------------|--|--|--|--|
| Lentejas con verduras<br>Surfers de merluza con judías verdes<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y<br>soja<br>Fruta del tiempo y leche |       |        |         |         | Espirales con tomate frito y atún<br>Muslito de pollo con champiñones<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y<br>jamón york<br>Fruta del tiempo   |        |         |         |        | <b>FESTIVO<br/>/<br/>FESTIU</b> |        |         |         |         | Sopa de ave con maravilla y garbanzos<br>Longanizas con ketchup y papas<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino o<br>repollo<br>Fruta del tiempo |        |         |         |         | <b>FESTIVO<br/>/<br/>FESTIU</b> |  |  |  |  |
| Lentilles amb verdres<br>Surfers de lluç amb fesols verds<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i soja<br>Fruta del temps i llet             |       |        |         |         | Espirals amb tomaca fregida i tonyina<br>Cuixet de pollastre amb xampinyons<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i pernil<br>dolç<br>Fruta de temps |        |         |         |        |                                 |        |         |         |         | Sopa d'au amb meravella i cigrons<br>Llonganisses amb ketchup i papes<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i cogombre o col<br>Fruta del temps            |        |         |         |         |                                 |  |  |  |  |
| Cena rec./Sopar recom.: Gambas con<br>verduras a la plancha. Fruta/ Gambes<br>amb verdres a la planxa. Fruita.                              |       |        |         |         | Cena rec./Sopar recom.: Bacalao con<br>salteado de espinacas. Yogur/ Bacallà amb<br>saltat d'espinacs. Iogurt.                                      |        |         |         |        |                                 |        |         |         |         | Cena rec./ Sopar recom.: Tortilla de atún. Yogur/<br>Trita de tonyina. Iogurt.  |        |         |         |         |                                 |  |  |  |  |
| Edad  | Kcal. | Prot.  | HC.     | G.      | Edad  | Kcal.  | Prot.   | HC.     | G.     | Edad                            | Kcal.  | Prot.   | HC.     | G.      | Edad  | Kcal.  | Prot.   | HC.     | G.      |                                 |  |  |  |  |
| 3-8   | 552,3 | 35,1 g | 56,34 g | 19,86   | 3-8   | 692,58 | 33,84 g | 105,8 g | 23,9 g | 3-8                             | 589,5  | 34,96 g | 71,12 g | 26 g    | 3-8   | 589,5  | 34,96 g | 71,12 g | 26 g    |                                 |  |  |  |  |
| 9-14  | 736,4 | 46,8 g | 75,12 g | 26,48 g | 9-14  | 850,77 | 45,38 g | 129,5 g | 33,5 g | 9-14                            | 667,52 | 44,06 g | 78,58 g | 30,17 g | 9-14  | 667,52 | 44,06 g | 78,58 g | 30,17 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 DICIEMBRE 2017

| LUNES 11  |        |        |        |         | MARTES 12  |        |         |         |         | MIÉRCOLES 13  |        |         |          |         | JUEVES 14  |        |         |         |         | VIERNES 15  |        |         |         |        |
|---|--------|--------|--------|---------|--|--------|---------|---------|---------|---|--------|---------|----------|---------|--|--------|---------|---------|---------|---|--------|---------|---------|--------|
| Fabada asturiana<br>Tortilla española de patata y cebolla<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y guisantes<br>Fruta del tiempo y leche |        |        |        |         | Arroz con verduras<br>Hamburguesa mixta con tomate<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, atún y aceitunas<br>Fruta del tiempo |        |         |         |         | Guisado de verduras y costillas<br>Fiambres de pavo<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pasas y cacahuets<br>Postre lácteo |        |         |          |         | Macarrones a la boloñesa<br>Tilapia con salsa verde y guisantes<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y huevo cocido<br>Fruta del tiempo |        |         |         |         | Fideuá<br>Nuggets de pollo con papas<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y apio<br>Fruta del tiempo |        |         |         |        |
| Fabada asturiana<br>Trita espanyola de creïlla i ceba<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i péssols<br>Fruta del temps i llet            |        |        |        |         | Arròs amb verdures<br>Hamburguesa mixta amb tomaca<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota, tonyina i olives<br>Fruta del temps     |        |         |         |         | Guisat de verdures i costelles<br>Companatge de titot<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota, panses i cacauets<br>Postre lacti   |        |         |          |         | Macarrons a la bolonyesa<br>Tilapia amb salsa verda i péssols<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i ou cuit<br>Fruta del temps            |        |         |         |         | Fideuà<br>Nuggets de pollastre amb papes<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota, tomaca i api<br>Fruta del temps  |        |         |         |        |
| Cena rec./Sopar recom.: Ensalada completa. Fruta/ Amanida completa. Fruita.   |        |        |        |         | Cena rec./Sopar recom.: Lubina con patatas. Yogur/Llobarro amb creïlles. Iogurt.   |        |         |         |         | Cena rec./Sopar recom.: Boquerones rebozados. Fruta/ Aladrocs arrebossats. Fruita.  |        |         |          |         | Cena rec./Sopar recom.: Lomo asado con pimiento. Yogur/ Llom rostit amb pebrera. Iogurt.   |        |         |         |         | Cena rec./Sopar recom.: Hervido con huevo cocido. Yogur/ Bullit amb ou cuit. 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   | 722,82 | 43,9 g | 71,7 g | 28,98 g | 3-8  | 716    | 27,44 g | 98,26 g | 31,41 g | 3-8   | 599,38 | 31,5 g  | 90,58 g  | 16,25 g | 3-8  | 557,66 | 27,38 g | 62,94 g | 21,58 g | 3-8   | 612,34 | 22,02 g | 70,58 g | 25,6 g |
| 9-14  | 875,92 | 54,7 g | 90,9 g | 33,74 g | 9-14   | 804,55 | 33,96 g | 124,2 g | 49,87 g | 9-14  | 726,97 | 36,48 g | 103,74 g | 18,71 g | 9-14   | 725,88 | 34,9 g  | 80,92 g | 27,58 g | 9-14  | 799,12 | 29,36 g | 90,84 g | 34,2 g |

  

| LUNES 18   |       |         |         |         | MARTES 19   |        |         |         |         | MIÉRCOLES 20  |        |         |         |         | JUEVES 21  |       |         |         |         | VIERNES 22  |        |        |          |         |
|--|-------|---------|---------|---------|---|--------|---------|---------|---------|---|--------|---------|---------|---------|--|-------|---------|---------|---------|---|--------|--------|----------|---------|
| Crema de hervido valenciano<br>Lomo empanado con pisto<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pipas de calabaza<br>Fruta del tiempo y leche |       |         |         |         | Canelones gratinados<br>Bacalao con salsa marinera<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino o repollo<br>Fruta del tiempo |        |         |         |         | Potaje de garbanzos y espinacas<br>Alitas de pollo con palomitas<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y queso<br>Postre lácteo |        |         |         |         | Arroz a la cubana con huevo cocido<br>Longanizas con patatas<br>Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y remolacha<br>Fruta del tiempo |       |         |         |         | Sopa de ave<br>Pizza de jamón york y queso<br>Papas y gusanitos<br>Gelatina y Huesito               |        |        |          |         |
| Crema de bullit valencià<br>Llom empanat amb samfaina<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i pipes de carabassa<br>Fruta del temps i llet      |       |         |         |         | Canelons gratinats<br>Bacallà amb salsa marinera<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i cogombre o col<br>Fruta del temps         |        |         |         |         | Potatge de cigrons i espinacs<br>Aletes de pollastre amb roses<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i formatge<br>Postre lacti    |        |         |         |         | Arròs a la cubana amb ou cuit<br>Llonganisses amb creïlles<br>Amanida d'encisam, dacsà, carlota i remolatxa<br>Fruta del temps       |       |         |         |         | Sopa d'au<br>Pizza de pernil dolç i formatge<br>Papes i cuquets<br>Gelatina i Huesito               |        |        |          |         |
| Cena rec./Sopar recom.: Sepia a la plancha con mayonesa. Fruta/ Sèpia a la planxa amb maionesa. Fruita.  |       |         |         |         | Cena rec./ Sopar recom.: Tortilla de atún. Yogur/ Trita de tonyina. Iogurt.   |        |         |         |         | Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con atún. Fruta/ Amanida amb tonyina. Fruita.  |        |         |         |         | Cena rec./Sopar recom.: Crema de verduras y jamón. Yogur/Crema de verduras i pernil. Iogurt.   |       |         |         |         | Cena rec./Sopar recom.: Lubina al horno con zanahoria. Yogur/ Llobarro al forn amb carlota. 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  | 628,6 | 17,02 g | 68,84 g | 36,4 g  | 3-8   | 631,9  | 34,18 g | 67,29 g | 23,41 g | 3-8   | 647,76 | 53,86 g | 56,62 g | 21,46 g | 3-8  | 616,3 | 17,14 g | 69,06 g | 29,34 g | 3-8   | 711,08 | 28,5 g | 122,58 g | 25,33 g |
| 9-14   | 760,8 | 19,36 g | 88,52 g | 48,56 g | 9-14  | 736,32 | 43,26 g | 82,26 g | 29,76 g | 9-14  | 883,31 | 65,88 g | 68,76 g | 26,28 g | 9-14   | 821,4 | 22,82 g | 92,08 g | 39,12 g | 9-14  | 842,57 | 33,6 g | 143,74 g | 29,15 g |

Fruta/Fruita de temporada: Manzana, pera, plátano, naranja, melocotón, melón, .../ Poma, pera. Plàtan, taronja, bresquilla, meló, ...

Postre lácteo/lacti: Yogur. actimel, danonino, petit suisse, natillas, .../ Iogurt, actimel, iogurt, danonino, petit suisse, natillas, ...

Menú supervisado por la dietista-nutricionista Alma Palau durante el curso 2012-2013, 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.

Los menús pueden estar sujetos a variaciones según el criterio del responsable de la cocina, pero respetando siempre el equilibrio dietético de los mismos./

Els menús poden estar sotmesos a variacions a criteri del responsable de la cuina, però respectant sempre l'equilibri dietètic dels mateixos.

Nuestros platos pueden contener alérgenos, por lo que rogamos pregunten al encargado de comedor sobre los ingredientes de cada plato./

Els nostres plats poden contenir al·lèrgens per la qual cosa els demanem que pregunten a l'encarregat del menjador pels ingredients de cada plat.