



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



## MENÚ COMEDOR, MAYO 2018

MARTES 1		MIÉRCOLES 2					JUEVES 3					VIERNES 4							
<b>FIESTA</b>		Fideuá (de marisco) Croquetas de jamón con zanahoria Ens.de lechuga, maíz, zanahoria. y pipas de calabaza Helado y fruta del tiempo					Potaje de garbanzos y espinacas Hamburguesa mixta con tomate Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, cebolla y aceitunas Postre lácteo					Arroz con verduras Merluza con salsa marinera Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y soja Fruta del tiempo							
		Fideuá (de marisc) Croquetes de pernil amb carlota Amanida d'encisam, dacsa, carlota i pipes de carabassa Gelat i fruita del temps					Potatge de cigrons i espinacs Hamburguesa mixta amb tomaca Amanida d'encisam, dacsa, carlota, ceba i olives Postre laci					Arròs amb verdures Lluç amb salsa marinera Amanida d'encisam, dacsa, carlota, tomaca i soja Fruita del temps							
		Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con anchoas. Yogur / Amanida amb aladrocs. Iogurt.					Cena ec./Sopar recom.: Tortilla de jamón. Fruta/ Truita de pernil. Fruita.					Cena rec./Sopar recom.: Hervido valenciano y pavo. Yogur/ Bullit valencià i pit de titot. Iogurt.							
Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.			
3-8	632,94	25,44 g	82,26 g	20,41 g	3-8	650,22	28,96 g	70,24 g	24,87 g	3-8	631,6	27,78 g	86,3 g	21,24 g	9-14	784,86	35,72 g	106,7 g	23,64 g
9-14	827,92	32,72 g	106,38 g	27,21 g	9-14	753,59	32,16 g	86,92 g	29,83 g	9-14	729,32	28,1 g	99,64 g	34,09 g	9-14	531,44	52,08 g	53,28 g	22,16 g

LUNES 7		MARTES 8					MIÉRCOLES 9					JUEVES 10					VIERNES 11																								
Lentejas juliana (cebolla, judía., puerro)	Varitas de merluza con guisantes	Espirales con zanahoria, maíz y aceitunas	Albóndigas a la jardinera	Guisado de verduras	Tortilla española de patata y cebolla	Arroz a la cubana	Crema de hervido valenciano	Pollo con manzana y zanahoria	Ens.de lechuga,maíz,zanahoria, tomate,aceitunas	Ensala	Fruta del tiempo	Longanizas con patatas asadas	Amanida d'encisam, dacsa, carlota, i pésols	Postre laci	Crema de bullit valencià	Pollastre amb pom i carlota	Amanida d'encisam, dacsa, carlota, tomaca,olives	Fruita del temps	Crema de ensalada con huevo y atún.	Yogur/Amanida amb ou i tonyina. Iogurt.																					
Ens. de lechuga, maíz, zan. y pipas de girasol	Fruta del tiempo	Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y atún	Helado y fruta del tiempo	Ens.de lechuga, maíz, zanahoria y jamón york	Ensala	Postre lácteo	Arròs a la cubana	Llonganisses amb creïlles rostides	Amanida d'encisam, dacsa, carlota i pésols	Postre laci	Crema de verdures y jamón. Fruta / Crema de verduras i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Dorada al horno con cebolla. Yogur/Orada al forn amb ceba. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Crema de verdures y jamón. Fruta / Crema de verduras i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con huevo y atún. Yogur/Amanida amb ou i tonyina. Iogurt.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.																						
Llentilles juliana (ceba,carlota, bajo., porro)	Varettes de lluç amb guisantes	Espirals amb carlota, dacsa i olives	Mandonguilles a la jardinera	Guisat de verdures	Truita espanyola de creïlla i ceba	Arròs a la cubana	Crema de hervido valenciano	Pollastre amb pom i carlota	Amanida d'encisam, dacsa, carlota, tomaca,olives	Postre laci	Cena rec./Sopar recom.: Menestra con tomate. Yogur/ Minestra amb tomaca Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Menestra con tomate. Yogur/ Minestra amb tomaca Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Dorada al horno con cebolla. Yogur/Orada al forn amb ceba. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Crema de verdures y jamón. Fruta / Crema de verduras i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con huevo y atún. Yogur/Amanida amb ou i tonyina. Iogurt.	3-8	805,86	34,38 g	71,78 g	30 g	3-8	718,72	23,17 g	86,58 g	34,2 g	3-8	736,92	17,75 g	101,54 g	29,65 g	3-8	577,26	21,52 g	77,28 g	25,57 g	3-8	464,46	39,06 g	39,96 g	10,58 g	
Fruta del temps	Cena rec./Sopar recom.: Cuscús con ternera. Yogur/ Cuscús amb vedella. Iogurt.	Am.d'encisam,dacs	pipes de gira-sol	Fruita del temps	Am.d'encisam, dacs, carlota, olives i tonyina	Guisat de verdures	Truita espanyola de creïlla i ceba	Arròs a la cubana	Llonganisses amb creïlles rostides	Amanida d'encisam, dacsa, carlota i pésols	Postre laci	Cena rec./Sopar recom.: Menestra con tomate. Yogur/ Minestra amb tomaca Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Menestra con tomate. Yogur/ Minestra amb tomaca Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Dorada al horno con cebolla. Yogur/Orada al forn amb ceba. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Crema de verdures y jamón. Fruta / Crema de verduras i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con huevo y atún. Yogur/Amanida amb ou i tonyina. Iogurt.	9-14	915,12	44,84 g	94,04 g	40 g	9-14	857,96	27,65 g	107,44 g	43,93 g	9-14	924,62	24,7 g	127 g	34,85 g	9-14	729,32	28,1 g	99,64 g	34,09 g	9-14	531,44	52,08 g	53,28 g	22,16 g

LUNES 14		MARTES 15					MIÉRCOLES 16					JUEVES 17					VIERNES 18													
Sopa de ave con maravilla	Lomo empanado con pisto	Arroz al horno con costilla y morcilla	Crema de calabacín	Macarrones con tomate y queso	Fabada vegetal (con cebolla y pimiento)	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Ens. de lechuga,maíz,zanahoria y queso	Alitas de pollo,guisantes salteados con cebolla	Bacalao al horno con salsa verde y espinacas	Pizza con jamón york y queso	Ensala	Fruta del tiempo	Ensala	Fruta del temps	Ensala	Fruta del temps	Ensala	Fruta del temps								
Ensala	Fruta del tiempo	Ensalada de atún con huevo cocido	Ens.de lechuga, maíz ,zanahoria, pasas y pipas	Ensala	Postre lácteo	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala	Ensala									
Sopa d'au amb meravella	Llom empanat amb samfaina	Arròs al forn amb costella i botifarra	Crema de carabassó	Macarrons amb tomaca i formatge	Fabada vegetal (amb ceba i pimentó)	3-8	471,64	16,6 g	65,88 g	28,06 g	3-8	721,82	20,68 g	75,02 g	42,14 g	3-8	546,48	18,75 g	69,14 g	26,76 g	3-8	648,04	38,08 g	88,05 g	15,75 g	3-8	632,82	33,48 g	69,06 g	23,58 g
Amanida d'encisam,dacs	Carlota i formatge	Amanida de tonyina amb ou cuit	Aletes de pollastre i pésols saltats amb ceba	Bacallà al forn amb salsa verda i espinacs	Pizza amb pernil dolç i formatge	9-14	694,04	19,8 g	85,54 g	35,88 g	9-14	908,06	27,58 g	98,80 g	57,22 g	9-14	670,7	24,04 g	83,8 g	31 g	9-14	757,84	48,46 g	109,86 g	20,84 g	9-14	843,76	44,64 g	92,08 g	31,44 g
Fruita del temps	Cena rec./Sopar recom.: Menestra de verduras. Yogur/ Minestra de verduras. Iogurt.	Amanida d'encisam, dacs, carlota i formatge	Amanida d'encisam, dacsa, carlotai tonyina	Gelat i fruta	Amanida d'encisam, dacsa, carlota i api	Cena rec./Sopar recom.: Musaka. Yogur/ Musaka. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Musaka. Yogur/ Musaka. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Hervido valenciano y jamón. Fruta / Bullit valencià i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Hervido valenciano y jamón. Fruta / Bullit valencià i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Tortilla de atún. Yogur/ Truita de tonyina. Iogurt.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.	Edad	Kcal.	Prot.	HC.	G.					
Cena rec./Sopar recom.: Menestra de verduras. Yogur/ Minestra de verduras. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Puré de verduras,queso. Yogur/ Puré de verduras i formatge Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Musaka. Yogur/ Musaka. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Musaka. Yogur/ Musaka. Iogurt.	Cena rec./Sopar recom.: Hervido valenciano y jamón. Fruta / Bullit valencià i pernil. Fruita.	Cena rec./Sopar recom.: Hervido valenciano y jamón. Fruta / Bullit valencià i pernil. Fruita.	9-14	694,04	19,8 g	85,54 g	35,88 g	9-14	908,06	27,58 g	98,80 g	57,22 g	9-14	670,7	24,04 g	83,8 g	31 g	9-14	757,84	48,46 g	109,86 g	20,84 g	9-14	843,76	44,64 g	92,08 g	31,44 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, MAYO 2018

LUNES 21					MARTES 22					MIÉRCOLES 23					JUEVES 24					VIERNES 25				
Lentejas con verduras Nuggets de pollo con brócoli Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas Fruta del tiempo					Arroz a banda Tortilla española de patata y cebolla Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino o repollo Fruta del tiempo					Guisado de verduras y patata Cazón con tomate, cebolla y guisantes Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y jamón york Helado y fruta del tiempo					Macarrones a la carbonara Pizza de verduras Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas Postre lácteo					Sopa de ave con fideos Hamburguesa mixta con queso y ketchup Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, tomate y soja Fruta del tiempo				
Llentilles amb verdures Varetes de lluç amb carabassó Amanida d'encisam, dacsa, carlota i olives					Arròs a banda Truita española de creïlla i ceba Amanida d'encisam, dacsa, carlota i cogombre o col Fruita del temps					Guisat de verdures i creïlla Caçó amb tomaca, ceba i pésols Amanida d'encisam, dacsa, carlota i pernil dolç Gelat i fruta del temps					Macarrons a la carbonara Pizza de verduras Amanida d'encisam, dacsa, carlota i olives Postre llatxi					Sopa d'aú amb fideus Hamburguesa mixta amb formatge i ketchup Amanida d'encisam, dacsa, carlota, tomaca i soja Fruita del temps				
Cena rec./Sopar recom.: Ensalada con atún. Yogur/ Amanida amb tonyina. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Cuscús con ternera. Yogur/ Cuscús amb vedella. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Pavo a la plancha. Yogur/ Titot a la planxa. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Calamar a la plancha. Fruta/ Calamar a la planxa. Fruita.					Cena rec./Sopar recom.: Tortilla de queso. Yogur/ Truita 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	805,86	34,38 g	71,78 g	30 g	3-8	701,82	19,9 g	94,76 g	27,9 g	3-8	662,2	29,66 g	87,68 g	23,12 g	3-8	666,26	16,95 g	66,56 g	41,47 g	3-8	543,56	31,66 g	68,74 g	23,36 g
9-14	915,12	44,84 g	94,04 g	40 g	9-14	804,82	27,8 g	117,96 g	32,6 g	9-14	825,66	38,22 g	108,54 g	26,14 g	9-14	833,98	22,61 g	87,52 g	56,33 g	9-14	606,36	38,54 g	75,46 g	26,7 g

LUNES 28					MARTES 29					MIÉRCOLES 30					JUEVES 31									
Fideuá de coliflor, brócoli y ajos tiernos Albóndigas a la jardinera Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y remolacha Fruta del tiempo					Crema de zanahoria Lomo empanado con pisto Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y huevo Fruta del tiempo					Lazos con champiñones Merluza con salsa verde y guisantes Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pasas y cacahuates Helado y fruta del tiempo					Potaje de garbanzos y espinacas Tortilla española de patata y cebolla Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y jamón york Postre lácteo									
Fideuà de floricol, brócoli i alls tendres Mandonguilles a la jardinera Amanida d'encisam, dacsa, carlota i remolatxa Fruita del temps					Crema de carlota Llom empanat amb samfaina Amanida d'encisam, dacsa, carlota i ou cuit Fruita del temps					Llaços amb xampinyons Lluç amb salsa verda i pésols Amanida d'encisam, dacsa, carlota, pances i cacauecs Gelat i fruta del temps					Potatge de cigrons i espinacs Truita española de creïlla i ceba Amanida d'encisam, dacsa, carlota i pernil dolç Postre llatxi									
Cena rec./Sopar recom.: Salmón a la plancha. Yogur/ Salmó a la planxa. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Tortilla de jamón. Yogur/ Truita de pernil. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Pavo a la plancha. Yogur/ Titot a la planxa. Iogurt.					Cena rec./Sopar recom.: Menestra de verduras. Fruta/Minestra de verdures. Fruita.									
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	771	21,2 g	66,08 g	25,86 g	3-8	520,28	25,78 g	65,48 g	24,86 g	3-8	751,54	35,48 g	100,88 g	24,56 g	3-8	624,54	30,46 g	81,94 g	16,11 g	3-8	719,35	34,16 g	102,52 g	18,15 g
9-14	957,64	27,96 g	94,04 g	35,48 g	9-14	775,32	30,7 g	71,06 g	28,68 g	9-14	944,78	45,98 g	126,14 g	28,06 g	9-14	719,35	34,16 g	102,52 g	18,15 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 llatxi: Natillas, actimel, iogurt, danonino, petit suisse, ...

**Menú supervisado por la dietista-nutricionista Alma Palau durante el curso 2012-2013, Nº 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 blanca per a aquells alumnes que ho necessiten.