

Colegio La Purísima (Alzira)

usuario: purisima_alzira
 contraseña: 1438_purisima_alzira

Abril - 2025 MENU MENSUAL LA PURISIMA ALZIRA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
 Pera, Fresón
 Piña, Naranja

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1438

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
 T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías etc. La evaluación nutricional está basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro.

<table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E		KCAL	1º		PROT	2º		CA	P		FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>1</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Calamares con salsa de tomate</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Arroz de secreto, calabaza y setas</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	1	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		PROT	1º	Calamares con salsa de tomate	CA	2º	Arroz de secreto, calabaza y setas	FE	P	Fruta	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>2</td><td>DÍA VERDE</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Milhojas de tomate y queso</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Potaje de garbanzos con espinacas</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Tortilla de patata con berenjena a la miel</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Fruta</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	2	DÍA VERDE	KCAL	E		PROT	1º	Milhojas de tomate y queso	CA	2º	Potaje de garbanzos con espinacas	FE	P	Tortilla de patata con berenjena a la miel	HDC		Fruta	LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>3</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Sopa de cocido con verduras ECO</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Pollo asado con mazorca de maíz</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Lácteo</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	3	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		PROT	1º	Sopa de cocido con verduras ECO	CA	2º	Pollo asado con mazorca de maíz	FE	P	Lácteo	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>4</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Hummus de garbanzos</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Caracolas a los 4 quesos</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Merluza a la marinera con mejillones</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>Fruta ECO</td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	4		KCAL	E		PROT	1º	Hummus de garbanzos	CA	2º	Caracolas a los 4 quesos	FE	P	Merluza a la marinera con mejillones	HDC		Fruta ECO	LIP			LIP			
E		KCAL																																																																																																											
1º		PROT																																																																																																											
2º		CA																																																																																																											
P		FE																																																																																																											
		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
1	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Calamares con salsa de tomate	CA																																																																																																											
2º	Arroz de secreto, calabaza y setas	FE																																																																																																											
P	Fruta	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
2	DÍA VERDE	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Milhojas de tomate y queso	CA																																																																																																											
2º	Potaje de garbanzos con espinacas	FE																																																																																																											
P	Tortilla de patata con berenjena a la miel	HDC																																																																																																											
	Fruta	LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
3	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Sopa de cocido con verduras ECO	CA																																																																																																											
2º	Pollo asado con mazorca de maíz	FE																																																																																																											
P	Lácteo	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
4		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Hummus de garbanzos	CA																																																																																																											
2º	Caracolas a los 4 quesos	FE																																																																																																											
P	Merluza a la marinera con mejillones	HDC																																																																																																											
	Fruta ECO	LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>7</td><td>Ensalada de quinoa, cherrys, zanahoria, aguacate y aceitunas negras</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Lentejas con verduras de temporada</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Costillas BBQ con patatas asadas tex-mex</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	7	Ensalada de quinoa, cherrys, zanahoria, aguacate y aceitunas negras	KCAL	E		PROT	1º	Lentejas con verduras de temporada	CA	2º	Costillas BBQ con patatas asadas tex-mex	FE	P	Fruta	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>8</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Sopa de cocido con verduras ECO</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Cocido completo (carne, garbanzos, patata, zanahoria)</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	8	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		PROT	1º	Sopa de cocido con verduras ECO	CA	2º	Cocido completo (carne, garbanzos, patata, zanahoria)	FE	P	Fruta	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>9</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Bacaladilla enharinada con salsa tártara</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Lácteo</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	9	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		PROT	1º	Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate)	CA	2º	Bacaladilla enharinada con salsa tártara	FE	P	Lácteo	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>10</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Crema de guisantes y leche de coco con tostones integrales</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Albóndigas mixtas con cous cous</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	10	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E		PROT	1º	Crema de guisantes y leche de coco con tostones integrales	CA	2º	Albóndigas mixtas con cous cous	FE	P	Fruta ECO	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>11</td><td>Chips de chirivía</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Ensaladilla con huevos rellenos</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Fideuà de pescado y marisco con fondo de lonja y galeras</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	11	Chips de chirivía	KCAL	E		PROT	1º	Ensaladilla con huevos rellenos	CA	2º	Fideuà de pescado y marisco con fondo de lonja y galeras	FE	P	Fruta	HDC			LIP			LIP
7	Ensalada de quinoa, cherrys, zanahoria, aguacate y aceitunas negras	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Lentejas con verduras de temporada	CA																																																																																																											
2º	Costillas BBQ con patatas asadas tex-mex	FE																																																																																																											
P	Fruta	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
8	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Sopa de cocido con verduras ECO	CA																																																																																																											
2º	Cocido completo (carne, garbanzos, patata, zanahoria)	FE																																																																																																											
P	Fruta	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
9	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate)	CA																																																																																																											
2º	Bacaladilla enharinada con salsa tártara	FE																																																																																																											
P	Lácteo	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
10	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Crema de guisantes y leche de coco con tostones integrales	CA																																																																																																											
2º	Albóndigas mixtas con cous cous	FE																																																																																																											
P	Fruta ECO	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
11	Chips de chirivía	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Ensaladilla con huevos rellenos	CA																																																																																																											
2º	Fideuà de pescado y marisco con fondo de lonja y galeras	FE																																																																																																											
P	Fruta	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>14</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Macarrones a la aragonesa (chorizo, tomate, queso)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Tortilla de patata con pimiento asado</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	14	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E		PROT	1º	Macarrones a la aragonesa (chorizo, tomate, queso)	CA	2º	Tortilla de patata con pimiento asado	FE	P	Fruta	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>15</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Alubias blancas con verduras P/ECO</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Solomillo de cerdo en salsa con gnocchis</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	15	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		PROT	1º	Alubias blancas con verduras P/ECO	CA	2º	Solomillo de cerdo en salsa con gnocchis	FE	P	Fruta ECO	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>16</td><td>Hummus de garbanzos con nachos</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Rabas de calamar con ensalada</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Paella valenciana con pollo de campo</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Helado</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	16	Hummus de garbanzos con nachos	KCAL	E		PROT	1º	Rabas de calamar con ensalada	CA	2º	Paella valenciana con pollo de campo	FE	P	Helado	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>17</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	17		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>18</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	18		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP
14	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Macarrones a la aragonesa (chorizo, tomate, queso)	CA																																																																																																											
2º	Tortilla de patata con pimiento asado	FE																																																																																																											
P	Fruta	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
15	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Alubias blancas con verduras P/ECO	CA																																																																																																											
2º	Solomillo de cerdo en salsa con gnocchis	FE																																																																																																											
P	Fruta ECO	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
16	Hummus de garbanzos con nachos	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Rabas de calamar con ensalada	CA																																																																																																											
2º	Paella valenciana con pollo de campo	FE																																																																																																											
P	Helado	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
17		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
18		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>21</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	21		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>22</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	22		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>23</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	23		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>24</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	24		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>25</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	25		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP
21		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
22		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
23		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
24		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
25		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>28</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Festivo</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	28		KCAL	E		PROT	1º	Festivo	CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>29</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Espaguetis integrales con boloñesa vegetal</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Rodaja de merluza enharinada con brócoli</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	29	Ensalada de verduras de temporada	KCAL	E		PROT	1º	Espaguetis integrales con boloñesa vegetal	CA	2º	Rodaja de merluza enharinada con brócoli	FE	P	Fruta	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td>30</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td>Alitas de pollo al horno con patatas al pimentón</td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	30	Ensalada fresca ecológica	KCAL	E		PROT	1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	CA	2º	Alitas de pollo al horno con patatas al pimentón	FE	P	Fruta ECO	HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP
28		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Festivo	CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
29	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Espaguetis integrales con boloñesa vegetal	CA																																																																																																											
2º	Rodaja de merluza enharinada con brócoli	FE																																																																																																											
P	Fruta	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
30	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	CA																																																																																																											
2º	Alitas de pollo al horno con patatas al pimentón	FE																																																																																																											
P	Fruta ECO	HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>E</td><td></td><td>PROT</td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>			KCAL	E		PROT	1º		CA	2º		FE	P		HDC			LIP			LIP
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		KCAL																																																																																																											
E		PROT																																																																																																											
1º		CA																																																																																																											
2º		FE																																																																																																											
P		HDC																																																																																																											
		LIP																																																																																																											
		LIP																																																																																																											