

Novembre 2023



CEIP RAFAEL ALTAMIRA

Infantil i Primària

**CATERING** 45  
Ensenyar a comer

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p><b>Tots els dijous el menú se servirà amb pa integral.</b></p>				
<p><b>Si s'afig vinagre a l'ensalada contindrà sulfits.</b></p>		<p><b>1</b></p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">FESTA</p>		
<p><b>6</b> Coditos a la napolitana</p> <p></p> <p>Fogoner amb pèsols saltats</p> <p>Amanida d' encisam, remolatxa i dacsca</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Carabasseta a la planxa i truita amb ceba. Fruita</p> <p>747.34 KC 34.99 PR 108.21 HC 16.51 LP 2.51 GS</p>	<p><b>7</b> Potatge de cigrons</p> <p></p> <p>Croquetes de carn</p> <p>Amanida encisam, carlota i brots soja</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Consomé i pizza vegetal. Fruita</p> <p>859.39 KC 35.00 PR 105.61 HC 27.98 LP 4.08 GS</p>	<p><b>8</b> Bullit Valencià</p> <p></p> <p>Llom aodobat amb carabasseta</p> <p>Amanida d'encis, espàrregs i llombarda</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Carxofes saltades i cuscús amb espècies. Fruita</p> <p>493.37 KC 13.32 PR 60.95 HC 15.39 LP 4.95 GS</p>	<p><b>9</b> Arròs a banda</p> <p></p> <p>Entremesos variats</p> <p>Amanida Verda (enciam, cogombre, olives)</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Bledes bullides i pollastre al forn. Fruita</p> <p>858.50 KC 35.80 PR 103.92 HC 31.71 LP 10.33</p>	<p><b>10</b> Fesols a la jardineria</p> <p></p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Amanida de lletu, tomata i maiz</p> <p>logur</p> <p>Sopar: Verdures al forn i peix a la planxa. Fruita</p> <p>634.60 KC 32.15 PR 30.56 HC 28.00 LP 7.19 GS</p>
<p><b>13</b> Paella alacantina</p> <p></p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Amanida de l'horta (enci, cogombre, carl)</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Crema de carlota i magre en salsa. Fruita</p> <p>944.96 KC 39.64 PR 111.68 HC 36.38 LP 11.87</p>	<p><b>14</b> Sopa d'olla</p> <p></p> <p>Olla casolà complet</p> <p>Amanida d'enci.,remol. i olives</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Minestra i saltat d'ou i xampinyons. Fruita</p> <p>889.00 KC 49.11 PR 91.02 HC 32.78 LP 10.28 GS</p>	<p><b>15</b> Llentilles castellanés</p> <p></p> <p>Truita amb titot</p> <p>Amanida d' encisam. carlota i llomb.</p> <p>logur</p> <p>Sopar: Floricol bullida i peix al forn. Fruita</p> <p>676.54 KC 38.53 PR 61.43 HC 27.28 LP 7.72 GS</p>	<p><b>16</b> Pasta al pesto roig</p> <p></p> <p>Mandonguilles amb salsa</p> <p>Amanida d' encisam, remolatxa i dacsca</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Creïlla al forn i albergina farcida. Fruita</p> <p>786.41 KC 19.71 PR 110.69 HC 26.15 LP 4.87 GS</p>	<p><b>17</b> Crema de llegums</p> <p></p> <p>Tilapia amb carabassa saltada</p> <p>Amanida mediterrània (enci,tom, espàrr)</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Samfaina al forn i broqueta de pollastre. Fruita</p> <p>600.19 KC 36.81 PR 61.10 HC 15.39 LP 2.94 GS</p>
<p><b>20</b> Sopa de peix amb fideus</p> <p></p> <p>Hamburguesa amb verdures</p> <p>Amanida d'encis, espàrregs i llombarda</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Sopa de sèmola i ous al plat. Fruita</p> <p>496.24 KC 10.77 PR 58.80 HC 7.62 LP 1.22 GS</p>	<p><b>21</b> Fesols ECO amb verdures</p> <p></p> <p>Truita de carabasseta</p> <p>Amanida encissam, cogombre i olives</p> <p>logur</p> <p>Sopar: Crema de verdures i salmó a la papillota. Fruita</p> <p>535.33 KC 26.93 PR 29.31 HC 24.77 LP 6.71 GS</p>	<p><b>22</b> Crema de carabassa</p> <p></p> <p>Magre en salsa amb verdures</p> <p>Amanida de lletu, tomata i maiz</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Broqueta de verdures i remenat d'alls tendres. Fruita</p> <p>567.45 KC 25.59 PR 68.50 HC 18.46 LP 4.37 GS</p>	<p><b>23</b> Cigrons a la mediterrània</p> <p></p> <p>Pollastre a la cassola</p> <p>Amanida de lletu, tomata i soja</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Xips de moniato i peix al forn. Fruita</p> <p>772.94 KC 36.82 PR 90.93 HC 24.09 LP 4.29 GS</p>	<p><b>24</b> Espaguetis amb tomaca i formatge</p> <p></p> <p>Lluç amb menestra de verdures</p> <p>Amanida de titot, olives i llomb.</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Verdures saltades i llom a la planxa. Fruita</p> <p>790.85 KC 37.73 PR 104.89 HC 21.75 LP 5.96 GS</p>
<p><b>27</b> Arròs amb tomaca</p> <p></p> <p>Varetes de lluç</p> <p>Amanida multicolor (ensi, llomb y dacsca)</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Crema de verdures i titot en salsa. Fruita</p> <p>734.10 KC 16.51 PR 109.62 HC 23.14 LP 3.21 GS</p>	<p><b>28</b> Sopa amb plutja</p> <p></p> <p>Llom fresc amb carlota</p> <p>Amanida d'encis, espàrregs i remol.</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Verdures saltades i truita amb tonyina. Fruita</p> <p>685.34 KC 29.05 PR 62.28 HC 32.84 LP 10.75 GS</p>	<p><b>29</b> Llentilles ECO hortolanes</p> <p></p> <p>Truita amb xoriço</p> <p>Amanida de tomaca, enci i cogom.</p> <p>logur</p> <p>Sopar: Bullit de fesols tendres i lluç. Fruita</p> <p>669.02 KC 37.14 PR 60.99 HC 27.34 LP 7.75 GS</p>	<p><b>30</b> Pasta al pomodoro</p> <p></p> <p>Fotja amb salsa</p> <p>Amanida d' encisam, brots soja i dacsca</p> <p>Fruita de Temporada</p> <p>Sopar: Wok de verdures i pollastre al forn. Fruita.</p> <p>715.95 KC 35.37 PR 103.98 HC 15.22 LP 2.51 GS</p>	

**RESSÒ: Llegums procedents de cultiu ecològic**

**Fruita del temps: mandarina, plàtan, poma, taronja, caqui i pera.**

**Al·lèrgens de declaració obligatòria.**

