

# Novembre 2025



## CEIP RAFAEL ALTAMIRA Infantil y Primaria

### LUAN SERVICIOS GASTRONÓMICOS

| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                      | Martes                                                                                                                                                                                                                                                                    | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                             | Jueves                                                                                                                                                                                                                                        | Viernes                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>3</b> Crema d'hortalisses<br>Magre en salsa amb verdures<br><br>Amanida d'encisam, tomaca i dacsa<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Saltat de verdures i peix a la planxa. Fruita.</i><br>579.68 KC 22.93 PR 71.01 HC 20.08 LP 4.09 GS                            | <b>4</b> Llentilles ECO a la jardinera<br>Pollastre en rustidera<br><br>Amanida lencisam, remol. i olives<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Crema de coliflor i ou bollit. Fruita.</i><br>882.87 KC 34.76 PR 85.00 HC 39.36 LP 10.84 GS                             | <b>5</b> Fideuà de peix<br>Entremesos variats<br>Amanida d'encisam, carlota i brolles soja<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Espinacs ofegats amb pernil i ensalada. Fruita.</i><br>848.14 KC 36.19 PR 104.60 HC 30.11 LP 10.08                 | <b>6</b> Olleta alacantina<br>Truita de carabasseta<br>Amanida Morada (encis, llomb, cog)<br><br>logurt<br><i>Sopar: Carabasseta a la planxa i pit de pollastre a la planxa. Fruita.</i><br>663.42 KC 34.71 PR 59.34 HC 28.65 LP 7.06 GS      | <b>7</b> Paella alacantina<br><br>Lluç amb saltat campestre<br>Amanida d' encis, carlota, remolatxa<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Faves ofegades i broquetes de verdures i rap. Fruita.</i><br>768.34 KC 37.39 PR 103.30 HC 20.42 LP 5.75 GS |
| <b>10</b> Macarrons al pesto roig<br>Fogoner amb carlota saltada<br>Ensalada encisam, tomaca i cogombre<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: *Tosta amb hummus i pit de pollastre fines herbes. Fruita.</i><br>743.14 KC 31.74 PR 113.22 HC 16.18 LP 2.91 GS            | <b>11</b> Bollit valencià<br>Llom adobat amb carabassa<br>Amanida d'encisam, carlota i llomb.<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Xulla de polit i bròcoli a la planxa. Fruita.</i><br>508.98 KC 13.91 PR 68.50 HC 13.15 LP 4.60 GS                                   | <b>12</b> Potatge de cigrons<br>Truita de creïlla<br>Ensalada d'encisam, remolatxa i dacsa<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Crema de carlota i magre en salsa. Fruita.</i><br>677.17 KC 30.57 PR 54.26 HC 19.53 LP 4.17 GS                     | <b>13</b> Arròs amb tomaca<br><br>Nuggets de pollastre<br>Ensalada d'horta (encis,cogo, carlota)<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Verdures al forn i llom a la planxa. Fruita.</i><br>988.04 KC 46.03 PR 117.17 HC 34.27 LP 6.25 GS    | <b>14</b> Crema de pésols<br>Hamburguesa amb quètxup<br>Ensalada d'encisam, brolles soja i dacsa<br><br>logurt<br><i>Sopar: Bledes bollides i pollastre al forn. Fruita.</i><br>701.22 KC 38.91 PR 67.26 HC 22.47 LP 4.10 GS                           |
| <b>17</b> Arròs 3 delícies (polit, triuta, pésols)<br>Escòrpora al forn amb menestra<br>Amanida mediterrània(encis,tom,espàrr.)<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Crema de verdures i peix a la planxa. Fruita.</i><br>802.76 KC 30.66 PR 104.61 HC 26.41 LP 6.50 GS | <b>18</b> Fesols estofats<br>Truita amb formatge<br>Amanida d'encisam, carlota i olives<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Broqueta de verdures i regirat d'alls tendres. Fruita.</i><br>727.12 KC 35.01 PR 78.39 HC 25.93 LP 7.13 GS                                | <b>19</b> Crema de verdures<br>Pollastre al forn amb verdures<br><br>Amanida encisam, remol. i brolles soja<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Creïlla al forn i albergínia farcida. Fruita.</i><br>511.63 KC 20.61 PR 57.99 HC 19.68 LP 4.02 GS | <b>20</b> Llentilles amb xoriço<br><br>Llom fresc amb samfaina<br><br>Amanida d'encisam, carlota i llomb.<br><br>logurt<br><i>Sopar: Xampinyons saltats i peix a la planxa. Fruita.</i><br>671.38 KC 43.16 PR 60.92 HC 25.83 LP 6.94 GS       | <b>21</b> "Tallarines al pomodoro"<br>Varettes de lluç<br>Amanida siciliana (encisam,tom,olives)<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Sopa de sémola i ous al plat. Fruita.</i><br>824.91 KC 15.43 PR 128.18 HC 26.02 LP 4.45 GS                    |
| <b>24</b> Llentilles castelles<br>Truita llauradora<br>Amanida d'encisam, carlota, remolatxa<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Verdures saltades i peix al forn. Fruita.</i><br>726.22 KC 32.21 PR 88.29 HC 22.41 LP 5.02 GS                                         | <b>25</b> Espaguetis a la napolitana<br>Ventresca en salsa amb carabasseta<br>Amanida Romana (encis, formatge, carlota)<br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Coliflor gratinada i filet de polit a la planxa. Fruita.</i><br>877.08 KC 40.31 PR 114.18 HC 27.50 LP 9.88 GS | <b>26</b> Crema de legums<br>Mandonguilles en salsa<br>Amanida d'encisam, olives i llombarda<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: *Consomé i peix a la planxa amb verdures. Fruita.</i><br>782.80 KC 28.23 PR 54.18 HC 31.25 LP 5.84 GS            | <b>27</b> Arròs amb magre<br><br>Rotllets de polit i formatge<br>Amanida d'encisam, carlota y espàrr<br><br>Fruita de Temporada<br><i>Sopar: Hummus de remolatxa i ous regirats. Fruita.</i><br>697.25 KC 29.90 PR 102.93 HC 16.09 LP 2.66 GS | <b>28</b> Sopa de bullit<br>Bullit casolà complet<br>Amanida d'encisam, tomaca i oliv.negres<br><br>logurt<br><i>Sopar: Fesols tendres al vapor i carabasseta gratinada. Fruita.</i><br>796.13 KC 59.06 PR 62.37 HC 32.53 LP 9.70 GS                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                        |

**ECO: Llegums procedents de cultiu ecològic**

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

**Al·lèrgens de declaració obligatòria.**

