

# CEIP El Fabraquer

Junio 2010

	<b>MARTES</b> 1	<b>MIÉRCOLES</b> 2	<b>JUEVES</b> 3	<b>VIERNES</b> 4	<b>NUTRICIÓN SEMANAL</b>
	1º Sopa de estrellita 2º Ensalada variada 3º Filete de pescado  Postre: fruta y leche	1º Paella valenciana 2º Ensalada variada 3º Panaché de fiambre con tomate natural Postre: lácteo	1º Espirales de colores 2º Ensalada variada 3º Merluza al horno con mayonesa Postre: fruta y leche	1º Lentejas a la castellana 2º Ensalada variada 3º Tortilla francesa con queso Postre: fruta y leche	Kcal.: 726.77 Proteínas: 27.11 g H.C.: 72.34 g Lípidos: 37.92 g
<b>LUNES</b> 7	<b>MARTES</b> 8	<b>MIÉRCOLES</b> 9	<b>JUEVES</b> 10	<b>VIERNES</b> 11	<b>NUTRICIÓN SEMANAL</b>
1º Coditos con atún 2º Ensalada variada 3º Merluza rebozada  Postre: fruta y leche	1º Puré de legumbre 2º Ensalada variada 3º Hamburguesa de ternera con patatas fritas Postre: fruta y leche	1º Ensaladilla rusa 3º Pollo al limón  Postre: lácteo	1º Sopa de fideos 2º Ensalada variada 3º Filete de fogueiro rebozado con mayonesa Postre: fruta y leche	1º Arroz a banda 2º Ensalada variada 3º Revuelto de jamón york Postre: fruta y leche	Kcal.: 707.64 Proteínas: 29.28 g H.C.: 69.92 g Lípidos: 32.98 g
<b>LUNES</b> 14	<b>MARTES</b> 15	<b>MIÉRCOLES</b> 16	<b>JUEVES</b> 17	<b>VIERNES</b> 18	<b>NUTRICIÓN SEMANAL</b>
1º Garbanzos de verano 2º Ensalada variada 3º Porción de pescado  Postre: fruta y leche	1º Verdura del tiempo 2º Ensalada variada 3º Salteado de pollo con pisto Postre: fruta y leche	1º Crema calabacín con queso 2º Ensalada variada 3º Filete de merluza con mayonesa Postre: lácteo	1º Arroz a la cubana 2º Ensalada variada 3º Longanizas plancha con tomate frito Postre: fruta y leche	1º Fideua 2º Ensalada variada 3º Fiambre variado con quesito Postre: fruta y leche	Kcal.: 695.38 Proteínas: 30.37 g H.C.: 61.14 g Lípidos: 38.02 g
<b>LUNES</b> 21	<b>MARTES</b> 22				<b>NUTRICIÓN SEMANAL</b>
1º Coditos marinera 2º Ensalada variada 3º Filete de magro con pimiento Postre: fruta y leche	1º Arroz con pollo y costillejas 2º Ensalada variada 3º Loncha jamón y queso Postre: helado				Kcal.: 682.85 Proteínas: 24.39 g H.C.: 55.92 g Lípidos: 39.45 g

Accede a los menús de tu centro en: [www.servalia.org](http://www.servalia.org) / Usuario: **elfabraquer** / Contraseña: **0340**

Valoración nutricional: D. Calidad Servalia. Nutriber.



# CEIP El Fabraquer

Juny 2010

	<b>DIMARTS</b> 1	<b>DIMECRES</b> 2	<b>DIJOUS</b> 3	<b>DIVENDRES</b> 4	<b>NUTRICIÓ SEMANAL</b>
	1r Sopa d'estrel.letes 2n Amanida variada 3r Filet de peix  Postre: fruita i llet	1r Paella valenciana 2n Amanida variada 3r Assortiment de fiambre amb tomaca natural Postre: lacti	1r Espirals de colors 2n Amanida variada 3r Lluç al forn amb maionesa Postre: fruita i llet	1r Llentilles a la castellana 2n Amanida variada 3r Truita francesa amb formatge Postre: fruita i llet	Kcal.: 726.77 Proteïnes: 27.11 g H.C.: 72.34 g Lípids: 37.92 g
<b>DILLUNS</b> 7	<b>DIMARTS</b> 8	<b>DIMECRES</b> 9	<b>DIJOUS</b> 10	<b>DIVENDRES</b> 11	<b>NUTRICIÓ SEMANAL</b>
1r Colçets amb tonyina 2n Amanida variada 3r Lluç arrebossat  Postre: fruita i llet	1r Puré de llegums 2n Amanida variada 3r Hamburguesa de vedella amb creïlles fregides Postre: fruita i llet	1r Ensaladilla rusa 2n Pollastre a la llima  Postre: lacti	1r Sopa de fideus 2n Amanida variada 3r Filet de fogonero arrebossat amb maionesa Postre: fruita i llet	1r Arròs a banda 2n Amanida variada 3r Remenat de pernil dolç Postre: fruita i llet	Kcal.: 707.64 Proteïnes: 29.28 g H.C.: 69.92 g Lípids: 32.98 g
<b>DILLUNS</b> 14	<b>DIMARTS</b> 15	<b>DIMECRES</b> 16	<b>DIJOUS</b> 17	<b>DIVENDRES</b> 18	<b>NUTRICIÓ SEMANAL</b>
1r Cigros d'estiu 2n Amanida variada 3r Porció de peix  Postre: fruita i llet	1r Verdura del temps 2n Amanida variada 3r Saltat de pollastre amb samfaina Postre: fruita i llet	1r Crema carabasseta 2n Amanida variada 3r Filet de lluç amb maionesa Postre: lacti	1r Arròs a la cubana 2n Amanida variada 3r Llonganisses planxa amb tomaca fregida Postre: fruita i llet	1r Fideuà 2n Amanida variada 3r Fiambre variat amb formatguet Postre: fruita i llet	Kcal.: 695.38 Proteïnes: 30.37 g H.C.: 61.14 g Lípids: 38.02 g
<b>DILLUNS</b> 21	<b>DIMARTS</b> 22				<b>NUTRICIÓ SEMANAL</b>
1r Colçets marinera 2n Amanida variada 3r Filet de magre amb pimentó Postre: fruita i llet	1r Arròs amb pollastre 2n Amanida variada 3r Pernil i formatge Postre: gelat				Kcal.: 682.85 Proteïnes: 24.39 g H.C.: 55.92 g Lípids: 39.45 g

Accede a los menús de tu centro en: [www.servalia.org](http://www.servalia.org) / Usuario: **elfabraquer** / Contraseña: **0340**

Valoración nutricional: D. Calidad Servalia. Nutriber.

