



## ESCUELA INFANTIL INTA - OCTUBRE 2018

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva.

**MENÚ DE DIETA**  
Arroz blanco hervido    Pescado hervido/ pollo o york plancha    Yogur natural/ Manzana asada

1	Kcal	Lip	Prot.	Hcar	2	Kcal	Lip	Prot.	Hcar	3	Kcal	Lip	Prot.	Hcar	4	Kcal	Lip	Prot.	Hcar	5	Kcal	Lip	Prot.	Hcar
Patatas marineras (2,4,14)					Judías blancas estofadas c/chorizo (6)					Paella Valenciana (c/verduras y carne de cerdo)					Sopa de cocido (caldo verduras y ave c/fideo) (1,3)					Menestra de verduras al ajo arriero				
Huevos Villarroy c/ens. Tomate (1,3,7)					Pollo al horno c/lechuga y maíz					Tilapia a la Andaluza c/jardinera (1,4)					Complemento: garbanzos, verdura, morcillo, ave, repollo, chorizo (6,7)					Ternera asada en su jugo c/patata dado y zanahorias				
Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua				
1	472	16,5	19,3	61	2	571	20,6	33,9	63	3	513	12,6	29,8	70	4	487	13,5	17,9	73	5	460	26,1	32,2	24
					<b>DÍA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA</b>																			
Judías verdes rehogadas					Macarrones c/tomate y queso (1,3,7)					Lentejas Campesinas (est. c/verdura)					Puré de verduras					<b>DÍA FESTIVO</b>				
Lomo de cerdo al horno c/chips de calabacín (1)					Fil. merluza en salsa verde c/guarnición de verduras (4)					Tortilla española c/ens. de maíz y tomate (3)					Filete de pollo empanado c/patatas (1,3)									
Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua									
8	477	18,2	18,5	60	9	499	18,0	33,0	51	10	498	18,9	16,7	65	11	515	22,9	32,2	45	12				
					<b>DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN</b>																			
Arroz con tomate					Garbanzos c/verduras					Patatas guisadas c/verduras					Judías pintas estofadas c/chorizo					Puré de calabaza				
F. pescadilla al limón c/ens. Lechuga y zanahoria (4)					Carrillera de cerdo c/zanahoria baby y patatas cuadro					Tortilla francesa c/loncha de queso (3,7)					Sepia con tomate natural (1,14)					Albóndigas ternera en salsa c/champi y patatas dado (1,3,6,7,12)				
Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua				
15	474	20,3	19,1	54	16	555	21,1	36,1	55	17	468	24,3	20,1	42	18	526	26,9	26,3	45	19	507	21,0	33,0	47
Coditos c/tomate y cebolla (1,3)					Lentejas Campesinas (est. c/verdura)					Puré de calabacín y puerros					Arroz tres delicias (2,3,6)					Sopa de cocido (caldo verduras y ave c/fideo) (1,3)				
Tortilla de patatas c/Lechuga y maíz (3)					F. merluza Menière (aceite, limón, cebolla) c/lechuga y tomate (4)					Pollo asado c/manzana y patatas fritas					Bocaditos de rosada con ensalada (1,4)					Complemento: garbanzos, verdura, morcillo, ave, repollo, chorizo (6,7)				
Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua				
22	500	29,0	13,8	46	23	510	19,4	33,5	50	24	419	24,6	16,6	33	25	480	16,3	21,8	61	26	501	16,1	27,6	62
										<b>HAPPY HALLOWEN</b>														
Arroz con tomate					Patatas Marineras (2,4,14)					Judías blancas estofadas c/hortalizas														
Croquetas de bacalao c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4,7)					Tortilla francesa con gajos de tomate (3)					Fil. merluza a la Andaluza c/ens. Lechuga (1,4)														
Fruta de temporada, pan y agua					Lácteo, pan y agua					Fruta de temporada, pan y agua														
29	515	16,2	11,3	81	30	470	19,7	28,6	45	31	520	22,1	35,2	58										

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano.