

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL GLUTEN 01-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto Yogur natural y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Tuna omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread (gluten free)	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	4 Macarrones (sin gluten) napolitana Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Napolitan macaroni (gluten free) Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2602/623 GT: 20 GS: 4 HC: 85 AZ: 23 PROT: 34 SAL: 1
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur natural y pan (sin gluten) White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de pasta (sin gluten) Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	9 Garbanzos salteados Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur natural y pan (sin gluten) Sautéed chickpeas Grilled codfish with roasted potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	11 Fideuá de pollo (sin gluten) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Chicken fideua (gluten free) Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	VE: 2741/656 GT: 26 GS: 4 HC: 83 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 2
14 Garbanzos salteados Tortilla francesa de jamón york con pisto Yogur natural y pan (sin gluten) Sautéed chickpeas Ham omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread (gluten free)	15 Macarrones (sin gluten) Longaniza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) Oven baked sausage with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	16 crema: no lentejas Crema de legumbres con verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur natural y pan (sin gluten) Cream of legumes with vegetables Hake with citrus vinaigrette with french fries Plain yoghurt and bread (gluten free)	17 Sopa minestrone (sin gluten) Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Minestrone soup (gluten free) Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread (gluten free)	18 Entremeses aptos con ensalada Paella valenciana Fruta y pan (sin gluten) Suitable Starters with salad Valencian-style paella Fruit and bread (gluten free)	VE: 3009/720 GT: 30 GS: 8 HC: 80 AZ: 21 PROT: 36 SAL: 3
21 Macarrones (sin gluten) napolitana Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur natural y pan (sin gluten) Napolitan macaroni (gluten free) Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Plain yoghurt and bread (gluten free)	22 Alubias pintas estofadas con verduras Huevos revueltos con pisto Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans with vegetables Scrambled eggs with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	23 Ensalada completa Arroz con pollo Yogur natural y pan (sin gluten) Chef salad Rice with chicken Plain yoghurt and bread (gluten free)	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	25 Sopa de pasta (sin gluten) Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Grilled hamburger with french fries Fruit and bread (gluten free)	VE: 2533/606 GT: 20 GS: 5 HC: 78 AZ: 20 PROT: 32 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural y pan (sin gluten) Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Plain yoghurt and bread (gluten free)					VE: 2518/602 GT: 17 GS: 5 HC: 87 AZ: 10 PROT: 40 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL SOJA 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto Yogur natural y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Tuna omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread (gluten free)	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	4 Pasta a la napolitana Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2494/597 GT: 19 GS: 4 HC: 82 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 1
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur natural y pan (sin gluten) White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de pasta Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	9 Dahl de lentejas con curry Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur natural y pan (sin gluten) Lentils with curry dahl Grilled codfish with roasted potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	11 Fideuá de pollo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Chicken fideua Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	VE: 2607/624 GT: 23 GS: 4 HC: 82 AZ: 18 PROT: 31 SAL: 2
14 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con pisto Yogur natural y pan (sin gluten) Stewed lentils Ham omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread (gluten free)	15 Coditos salteados Lomo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Sautéed elbow macaroni Grilled tenderloin with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de legumbres con verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur natural y pan (sin gluten) Cream of legumes with vegetables Hake with citrus vinaigrette with french fries Plain yoghurt and bread (gluten free)	17 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Minestrone soup Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread (gluten free)	18 Ensalada completa Paella valenciana Fruta y pan (sin gluten) Chef salad Valencian-style paella Fruit and bread (gluten free)	VE: 2785/666 GT: 23 GS: 5 HC: 85 AZ: 21 PROT: 32 SAL: 3
21 Espaguetis a la napolitana Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur natural y pan (sin gluten) Napolitan spaghetti Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Plain yoghurt and bread (gluten free)	22 Alubias pintas estofadas con verduras Huevos revueltos con pisto Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans with vegetables Scrambled eggs with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	23 Ensalada completa Arroz con pollo Yogur natural y pan (sin gluten) Chef salad Rice with chicken Plain yoghurt and bread (gluten free)	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	25 Sopa de pasta Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup French omelette with french fries Fruit and bread (gluten free)	VE: 2445/585 GT: 18 GS: 4 HC: 76 AZ: 20 PROT: 30 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural y pan (sin gluten) Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Plain yoghurt and bread (gluten free)					VE: 2518/602 GT: 17 GS: 5 HC: 87 AZ: 10 PROT: 40 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL LACTOSA 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto Yogur de soja y pan Braised beans with vegetables Tuna omelette with ratatouille Soy yoghurt and bread	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread	4 Pasta a la boloñesa Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan Pasta in bolognese sauce Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread	VE: 2811/673 GT: 17 GS: 2 HC: 98 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur de soja y pan White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Soy yoghurt and bread	8 Sopa de pasta Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Pasta soup Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	9 Dahl de lentejas con curry Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur de soja y pan Lentils with curry dahl Grilled codfish with roasted potatoes Soy yoghurt and bread	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread	11 Fideuá de pollo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Chicken fideua Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 2890/691 GT: 20 GS: 2 HC: 97 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 2
14 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con pisto Yogur de soja y pan Stewed lentils Ham omelette with ratatouille Soy yoghurt and bread	15 Coditos salteados con verduras Longaniza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Sautéed elbow macaroni with vegetables Oven baked sausage with lettuce & tomatoes Fruit and bread	16 Crema de legumbres con verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur de soja y pan Cream of legumes with vegetables Hake with citrus vinaigrette with french fries Soy yoghurt and bread	17 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Minestrone soup Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	18 Entremeses aptos con ensalada Paella valenciana Fruta y pan Suitable Starters with salad Valencian-style paella Fruit and bread	VE: 3330/797 GT: 27 GS: 5 HC: 101 AZ: 19 PROT: 38 SAL: 4
21 Espaguetis a la napolitana Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur de soja y pan Napolitan spaghetti Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Soy yoghurt and bread	22 Alubias pintas estofadas con verduras Huevos revueltos con pisto Fruta y pan Stewed pinto beans with vegetables Scrambled eggs with ratatouille Fruit and bread	23 Ensalada completa Arroz con pollo Yogur de soja y pan Chef salad Rice with chicken Soy yoghurt and bread	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	25 Sopa de pasta Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Grilled hamburger with french fries Fruit and bread	VE: 2807/671 GT: 17 GS: 3 HC: 93 AZ: 19 PROT: 36 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread					VE: 2769/662 GT: 13 GS: 1 HC: 101 AZ: 7 PROT: 45 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL FRUTOS SECOS 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto Yogur natural y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Tuna omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread (gluten free)	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	4 Pasta a la boloñesa Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Pasta in bolognese sauce Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2520/603 GT: 19 GS: 4 HC: 82 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 1
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur natural y pan (sin gluten) White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de pasta Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	9 Dahl de lentejas con curry Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur natural y pan (sin gluten) Lentils with curry dahl Grilled codfish with roasted potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	11 Fideuá marinera Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Seafood fideua Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	VE: 2638/631 GT: 25 GS: 4 HC: 79 AZ: 22 PROT: 30 SAL: 2
14 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con pisto Yogur natural y pan (sin gluten) Stewed lentils Ham omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread (gluten free)	15 Coditos salteados con verduras, chorizo y tomate Longaniza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Sauced pasta with vegetables, chorizo and tomato Oven baked sausage with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de legumbres con verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur natural y pan (sin gluten) Cream of legumes with vegetables Hake with citrus vinaigrette with french fries Plain yoghurt and bread (gluten free)	17 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Minestrone soup Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread (gluten free)	18 Entremeses aptos con ensalada Paella valenciana Fruta y pan (sin gluten) Suitable Starters with salad Valencian-style paella Fruit and bread (gluten free)	VE: 3006/719 GT: 29 GS: 7 HC: 84 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 3
21 Espaguetis a la napolitana Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur natural y pan (sin gluten) Napolitan spaghetti Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Plain yoghurt and bread (gluten free)	22 Alubias pintas estofadas con verduras Huevos revueltos con pisto Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans with vegetables Scrambled eggs with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	23 Ensalada completa Arroz con pollo Yogur natural y pan (sin gluten) Chef salad Rice with chicken Plain yoghurt and bread (gluten free)	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	25 Sopa de pasta Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup Grilled hamburger with french fries Fruit and bread (gluten free)	VE: 2523/604 GT: 20 GS: 5 HC: 77 AZ: 20 PROT: 32 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural y pan (sin gluten) Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Plain yoghurt and bread (gluten free)					VE: 2518/602 GT: 17 GS: 5 HC: 87 AZ: 10 PROT: 40 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL HUEVO 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Lomo al horno con pisto Yogur natural y pan integral Braised beans with vegetables Baked loin with ratatouille Plain yoghurt and wholemeal bread	3 Arroz a banda Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan "A banda" rice Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread	4 Pasta (sin huevo) napolitana Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan Napolitan pasta (without egg) Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread	VE: 2935/702 GT: 21 GS: 4 HC: 95 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur natural y pan White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Plain yoghurt and bread	8 Sopa de pasta (sin huevo) Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Pasta soup (without egg) Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	9 Dahl de lentejas con curry Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur natural y pan integral Lentils with curry dahl Grilled codfish with roasted potatoes Plain yoghurt and wholemeal bread	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread	11 Fideuá de pollo (sin huevo) Lomo asado con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Chicken fideua (without egg) Grilled tenderloin with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 2883/690 GT: 23 GS: 4 HC: 92 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
14 Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con pisto Yogur natural y pan Stewed lentils Baked hake with ratatouille Plain yoghurt and bread	15 Espaguetis (sin huevo) con tomate Longaniza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Spaghetti with tomatoes (without egg) Oven baked sausage with lettuce & tomatoes Fruit and bread	16 Crema de legumbres con verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur natural y pan integral Cream of legumes with vegetables Hake with citrus vinaigrette with french fries Plain yoghurt and wholemeal bread	17 Sopa minestrone (sin huevo) Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Minestrone soup (without egg) Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	18 Entremeses aptos con ensalada Paella valenciana Fruta y pan Suitable Starters with salad Valencian-style paella Fruit and bread	VE: 3693/883 GT: 36 GS: 8 HC: 103 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 3
21 Espaguetis (sin huevo) con tomate Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur natural y pan Spaghetti with tomatoes (without egg) Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Plain yoghurt and bread	22 Alubias pintas estofadas con verduras Lomo al horno con pisto Fruta y pan Stewed pinto beans with vegetables Baked loin with ratatouille Fruit and bread	23 ensalada: huevo Ensalada completa Arroz con pollo Yogur natural y pan integral Chef salad Rice with chicken Plain yoghurt and wholemeal bread	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	25 Sopa de pasta (sin huevo) Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled hamburger with french fries Fruit and bread	VE: 3082/737 GT: 24 GS: 5 HC: 96 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 3
28 Arroz a banda Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural y pan "A banda" rice Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Plain yoghurt and bread					VE: 2951/706 GT: 15 GS: 4 HC: 99 AZ: 11 PROT: 53 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL LEGUMBRES 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	2 Pisto de calabacín fresco Tortilla francesa de atún con ensalada Yogur natural y pan (sin gluten) Fresh courgette ratatouille Tuna omelette with salad Plain yoghurt and bread (gluten free)	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	4 Pasta a la napolitana Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2205/528 GT: 18 GS: 4 HC: 71 AZ: 22 PROT: 27 SAL: 2
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur natural y pan (sin gluten) White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de pasta Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	9 Brócoli salteado Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur natural y pan (sin gluten) Sautéed broccoli Grilled codfish with roasted potatoes Plain yoghurt and bread (gluten free)	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread (gluten free)	11 FIDEUA NO GUISANTES Fideuá de pollo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Chicken fideua Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (gluten free)	VE: 2522/603 GT: 23 GS: 4 HC: 79 AZ: 18 PROT: 29 SAL: 2
14 Pisto de calabacín fresco Tortilla francesa de jamón york con ensalada Yogur natural y pan (sin gluten) Fresh courgette ratatouille Ham omelette with salad Plain yoghurt and bread (gluten free)	15 Coditos salteados Lomo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Sautéed elbow macaroni Grilled tenderloin with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur natural y pan (sin gluten) Vegetables cream Hake with citrus vinaigrette with french fries Plain yoghurt and bread (gluten free)	17 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Minestrone soup Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread (gluten free)	18 PAELLA NO GUISANTES Ensalada completa Paella valenciana Fruta y pan (sin gluten) Chef salad Valencian-style paella Fruit and bread (gluten free)	VE: 2232/534 GT: 21 GS: 5 HC: 65 AZ: 20 PROT: 26 SAL: 2
21 Espaguetis a la napolitana Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur natural y pan (sin gluten) Napolitan spaghetti Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Plain yoghurt and bread (gluten free)	22 Pisto de calabacín fresco con verduras Huevos revueltos con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Fresh courgette ratatouille with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread (gluten free)	23 Ensalada completa Arroz con pollo Yogur natural y pan (sin gluten) Chef salad Rice with chicken Plain yoghurt and bread (gluten free)	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	25 Sopa de pasta Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup French omelette with french fries Fruit and bread (gluten free)	VE: 2395/573 GT: 21 GS: 5 HC: 69 AZ: 19 PROT: 26 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural y pan (sin gluten) Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Plain yoghurt and bread (gluten free)					VE: 2518/602 GT: 17 GS: 5 HC: 87 AZ: 10 PROT: 40 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL PESCADO 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa casera con pisto Yogur natural y pan integral Braised beans with vegetables Homemade omelette with ratatouille Plain yoghurt and wholemeal bread	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread	4 Pasta a la boloñesa Huevos revueltos con patatas dado Fruta y pan Pasta in bolognese sauce Scrambled eggs with diced potatoes Fruit and bread	VE: 2741/656 GT: 17 GS: 3 HC: 98 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2
7 Arroz blanco con salsa de tomate Tortilla francesa con patatas dado Yogur natural y pan White rice with tomato sauce French omelette with diced potatoes Plain yoghurt and bread	8 Sopa de pasta Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Pasta soup Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	9 Dahl de lentejas con curry Huevos revueltos con patatas panaderas Yogur natural y pan integral Lentils with curry dahl Scrambled eggs with roasted potatoes Plain yoghurt and wholemeal bread	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread	11 Fideuá de pollo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Chicken fideua Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 2778/665 GT: 19 GS: 3 HC: 98 AZ: 20 PROT: 30 SAL: 2
14 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con pisto Yogur natural y pan Stewed lentils Ham omelette with ratatouille Plain yoghurt and bread	15 Coditos salteados con verduras, chorizo y tomate Longaniza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Sauced pasta with vegetables, chorizo and tomato Oven baked sausage with lettuce & tomatoes Fruit and bread	16 Crema de legumbres con verduras Tortilla francesa con patatas fritas Yogur natural y pan integral Cream of legumes with vegetables French omelette with french fries Plain yoghurt and wholemeal bread	17 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Minestrone soup Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	18 Entremeses aptos con ensalada Paella valenciana Fruta y pan Suitable Starters with salad Valencian-style paella Fruit and bread	VE: 3205/767 GT: 26 GS: 6 HC: 100 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 4
21 Espaguetis a la carbonara Filete de pollo al horno con parmentier de patata al romero Yogur natural y pan Spaghetti in carbonara sauce Baked chicken with potato parmentier with rosemary Plain yoghurt and bread	22 Alubias pintas estofadas con verduras Revuelto de chorizo con pisto Fruta y pan Stewed pinto beans with vegetables Scrambled eggs with chorizo sausage with ratatouille Fruit and bread	23 ensalada no atun Ensalada completa Arroz con pollo Yogur natural y pan integral Chef salad Rice with chicken Plain yoghurt and wholemeal bread	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Potato stew with ribs and thyme French omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	25 Sopa de pasta Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Grilled hamburger with french fries Fruit and bread	VE: 2749/658 GT: 18 GS: 4 HC: 93 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur natural y pan Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Plain yoghurt and bread					VE: 2823/675 GT: 15 GS: 4 HC: 104 AZ: 12 PROT: 44 SAL: 2

MES: Febrero 2022

COLEGIO: EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
MENU VEDAT INFANTIL PLV 02-22	1 Crema de zanahoria y calabaza con manzana Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Carrot and pumpkin cream with apple Baked chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con pisto Yogur de soja y pan Braised beans with vegetables Tuna omelette with ratatouille Soy yoghurt and bread	3 Arroz con verduras Tiras de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with vegetables Chicken strips with lettuce & tomatoes Fruit and bread	4 Pasta a la napolitana Abadejo al horno con patatas dado Fruta y pan Napolitan pasta Baked haddock with diced potatoes Fruit and bread	VE: 2786/667 GT: 17 GS: 2 HC: 98 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
7 Arroz blanco con salsa de tomate Filete de abadejo con vinagreta de cítricos con patatas dado Yogur de soja y pan White rice with tomato sauce Pollock fillet with citrus vinaigrette with diced potatoes Soy yoghurt and bread	8 CALDO NO TERNERA Sopa de pasta Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Pasta soup Baked chicken with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	9 Dahl de lentejas con curry Bacalao a la plancha con patatas panaderas Yogur de soja y pan Lentils with curry dahl Grilled codfish with roasted potatoes Soy yoghurt and bread	10 Crema de verduras Pavo a la plancha con pisto Fruta y pan Vegetables cream Grilled turkey with ratatouille Fruit and bread	11 Fideuá de pollo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Chicken fideua Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread	VE: 2890/691 GT: 20 GS: 2 HC: 97 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 2
14 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con pisto Yogur de soja y pan Stewed lentils Ham omelette with ratatouille Soy yoghurt and bread	15 Coditos salteados con verduras Lomo asado con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Sautéed elbow macaroni with vegetables Grilled tenderloin with lettuce & tomatoes Fruit and bread	16 Crema de legumbres con verduras Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con patatas fritas Yogur de soja y pan Cream of legumes with vegetables Hake with citrus vinaigrette with french fries Soy yoghurt and bread	17 Sopa minestrone Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Minestrone soup Baked chicken with lettuce, carrot & olives Fruit and bread	18 Ensalada completa Paella valenciana Fruta y pan Chef salad Valencian-style paella Fruit and bread	VE: 3109/744 GT: 21 GS: 3 HC: 102 AZ: 20 PROT: 37 SAL: 3
21 Espaguetis a la napolitana Filete de lenguadina a la plancha con parmentier de patata al romero Yogur de soja y pan Napolitan spaghetti Grilled yellowfin sole with potato parmentier with rosemary Soy yoghurt and bread	22 Alubias pintas estofadas con verduras Huevos revueltos con pisto Fruta y pan Stewed pinto beans with vegetables Scrambled eggs with ratatouille Fruit and bread	23 Ensalada completa Arroz con pollo Yogur de soja y pan Chef salad Rice with chicken Soy yoghurt and bread	24 Patatas estofadas con costillas y tomillo Abadejo al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Potato stew with ribs and thyme Baked haddock with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	25 CALDO NO TERNERA Sopa de pasta Tortilla francesa con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup French omelette with french fries Fruit and bread	VE: 2728/653 GT: 15 GS: 2 HC: 92 AZ: 19 PROT: 34 SAL: 2
28 Arroz con verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Rice with vegetables Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread					VE: 2769/662 GT: 13 GS: 1 HC: 101 AZ: 7 PROT: 45 SAL: 2