mendoza colectividades

AL MENJADOR, Com a casa!

NOVEMBRE NOVIEMBRE 2026

CONTIENE GLUTEN · CRUSTÁCEOS · HUEVOS · PESCADO · CACAHUETES · SOJA · LÁCTEOS · FRUTOS DE CÁSCARA · APIO · MOSTAZA · GRANOS DE SÉSAMO · DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS · MOLUSCOS · ALTRAMUCES

DILLUNS/LUNES	DIMARTS/MARTES	DIMECRES/MIÉRCOLES	DIJOUS/JUEVES	DIVENDRES/VIERNES
2 **Amanida campera** **Pasta integral amb verdures** **Llom amb samfaina** **Fruita de temporada** --- Ensalada campera Pasta integral con verduras Lomo con pisto Fruta de temporada **E:**757.5 **HC:**99.3 **P:**33.1 **G:**23.9	**3** **Potatge de cigrons amb verdures** **Remenat d'ou amb xampinyons i amanida valenciana** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Potaje de garbanzos con verduras Revuelto de huevo con champiñones y ensalada valenciana Fruta de temporada / Pan integral **E:**699.2 **HC:**79.3 **P:**27.5 **G:**29.7	**4** **Amanida Mendoza** **Crema de verdures ecològica** **Pollastre amb bajoques i pernil** **Fruita de temporada** --- Ensalada Mendoza Crema de verduras ecológica Pollo con judías y jamón Fruta de temporada **E:**620.1 **HC:**70.7 **P:**28.8 **G:**24.1	**5** **Fesols amb creïlla i hortalisses** **Truita amb formatge i amanida tropical** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Alubias con patata y hortalizas Tortilla con queso y ensalada tropical Fruta de temporada / Pan integral **E:**672.7 **HC:**86 **P:**34.2 **G:**20.6	**6** **Amanida mixta** **Sopa d'arròs** **Lluç amb pèsols** **Fruita de temporada** --- Ensalada mixta Sopa de arroz Merluza con guisantes Fruta de temporada **E:**724.6 **HC:**91 **P:**33.2 **G:**24.5
9 **Amanida mediterrània** **Crema de verdures** **Lasanya vegetal** **Fruita de temporada** --- Ensalada mediterrània Crema de verduras Lasaña vegetal Fruta de temporada **E:**738 **HC:**97.6 **P:**31.8 **G:**27.8	**10** **Amanida mediterrània** **Paella de verdures** **Bunyols de bacallà** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Ensalada mediterrània Paella de verduras Buñuelos de bacalao Fruta de temporada / Pan integral **E:**743.7 **HC:**92.9 **P:**27.4 **G:**32.4	**11** **Amanida mixta** **Cigrons estofats amb espinacs** **Pollastre al forn** **Fruita de temporada** --- Ensalada mixta Garbanzos estofados con espinacas Pollo al horno Fruta de temporada **E:**662.6 **HC:**78.2 **P:**34.2 **G:**22.9	**12** **Amanida valenciana** **Sopa meravella** **Peix al forn amb salsa verda** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Ensalada valenciana Sopa maravilla Pescado al horno con salsa verde Fruta de temporada / Pan integral **E:**702.3 **HC:**80.7 **P:**34.4 **G:**26.2	**13** **Llentilles amb carlota, ceba i carabassí** **Truita de pernil i amanida campera** **Fruita de temporada** --- Lentejas con zanahoria, cebolla y calabacín Tortilla de jamón y ensalada campera Fruta de temporada **E:**742 **HC:**88 **P:**32.6 **G:**28.1
16 **Amanida tropical** **Arròs integral amb verdures i salsa de soja** **Mandonguilles a la jardinera** **Fruita de temporada** --- Ensalada tropical Arroz integral con verduras y salsa de soja Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada **E:**678.3 **HC:**93.3 **P:**18.3 **G:**25.6	**17** ÁLEX I MAITE DEL CEIP GASPAROT **Amanida murciana** **Olleta alcoiana** **Lluç a la basca** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Ensalada murciana Olleta alcoyana Merluza a la vasca Fruta de temporada / Pan integral **E:**781.2 **HC:**88.6 **P:**39.3 **G:**29.2	**18** **Amanida Mendoza** **Pasta integral bolonyesa** **Truita amb carabasseta** **Fruita de temporada** --- Ensalada Mendoza Pasta integral boloñesa Tortilla con calabacín Fruta de temporada **E:**746.3 **HC:**90.4 **P:**25.3 **G:**30.2	**19** **Amanida mixta** **Crema de porro** **Pollastre al forn amb albergínia en tempura** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Ensalada mixta Crema de puerro Pollo al horno con berenjena en tempura Fruta de temporada / Pan integral **E:**641 **HC:**82.9 **P:**28.6 **G:**24.8	**20** **Fesols amb verdures** **Saborós de peix i amanida mediterrània** **Fruita de temporada** --- Alubias con verduras Sabroso de pescado y ensalada mediterránea Fruta de temporada **E:**745.6 **HC:**112.3 **P:**32.5 **G:**21.2
23 **Amanida mediterrània** **Crema de carabassa** **Pollastre al forn amb salsa de tomaca natural** **Fruita de temporada** --- Ensalada mediterránea Crema de calabaza Pollo al horno con salsa de tomate natural Fruta de temporada **E:**605.9 **HC:**76 **P:**28.1 **G:**24.3	**24** **Amanida tropical** **Sopa de fideus** **Complement de putxero amb pilota** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Ensalada tropical Sopa de fideos Complemento de puchero con pelota Fruta de temporada / Pan integral **E:**652.2 **HC:**77.3 **P:**24.1 **G:**23.8	**25** **Amanida de formatge** **Bullit de verdures** **Llom i carabasseta** **Iogurt artesà** --- Ensalada de queso Hervido de verduras Lomo y calabacín Yogur artesano **E:**642.3 **HC:**61.1 **P:**34.2 **G:**25.1	**26** **Amanida ecològica** **Cigrons estofats amb hortalisses** **Peix blau** **Fruita de temporada / Pa integral** --- Ensalada ecológica Garbanzos estofados con hortalizas Pescado azul Fruta de temporada / Pan integral **E:**694.8 **HC:**76 **P:**30.8 **G:**28.9	**27** **Natxos amb crema agra** **Arròs roig mexicà amb verdures** **Fajites integrals de pollastre** **Flan napolità** --- Nachos con crema agria Arroz rojo mejicano con verduras Fajitas integrales de pollo Flan napolitano **E:**713.8 **HC:**103.1 **P:**22.3 **G:**23.9
30 **Amanida Mendoza** **Llentilles amb verdures ecològiques** **Truita de creïlla** **Fruita de temporada** --- Ensalada Mendoza Lentejas con verduras ecológicas Tortilla de patata Fruta de temporada **E:**722.4 **HC:**90.1 **P:**28.8 **G:**26.7				

NOVEMBRE
NOVIEMBRE **2026**

AL MENJADOR,
Com a casa!

Proposta de sopars / Propuesta de cenas

DILLUNS/LUNES	DIMARTS/MARTES	DIMECRES/MIÉRCOLES	DIJOUS/JUEVES	DIVENDRES/VIERNES
2 Llentilles amb pimentó i espàrrecs saltejats Llucet a la planxa Fruita --- Lentejas con pimentón y espárragos salteados Fruta	**3** Amanida amb fruits secs i crostons de pa Pit de pollastre Iogurt --- Ensalada con frutos secos y picatostes Pechuga de pollo Yogur	**4** Amanida amb ou dur Panini york-formatge Fruita --- Ensalada con huevo duro Panini con york-queso Fruta	**5** Quinoa amb saltejat Llobina Fruita --- Quinoa con salteado Lubina Fruta	**6** Crema de carabassí Truita amb formatge Iogurt --- Crema de calabacín Tortilla con queso Yogur
9 Sopa de fideus Salmó Fruita --- Sopa de fideos Salmón Fruta	**10** Espinacs amb panses i pinyons Truita de creïlla Fruita --- Espinacas con pasas y piñones Tortilla de patata Fruta	**11** Bullit de verdures Abadejo Fruita --- Hervido de verduras Bacalao Fruta	**12** Amanida de fesols pintats Truita Fruita --- Ensalada de alubias pintas Tortilla Fruta	**13** Sticks de moniato Pit de pollastre Fruita --- Sticks de moniato Pechuga de pollo Fruta
16 Cigrons amb remolatxa i ceba morada Truita Fruita --- Garbanzos con remolacha y cebolla morada Tortilla Fruta	**17** Arròs tres delicies Clotxines al vapor Fruita --- Arroz tres delicias Mejillones al vapor Fruta	**18** Crema de xampinyons Dorada Fruita --- Crema de champiñones Dorada Fruta	**19** Brocoli con zanahoria Filet de titot Fruita --- Brocoli con zanahoria Filete de pavo Fruta	**20** Sopa de fideus Truita Fruita --- Sopa de fideos Tortilla Fruta
23 Carxofes torrades Sípia a la planxa Fruita --- Alcachofas asadas Sepia a la planxa Fruta	**24** Amanida completa Varetes de lluç Iogurt --- Ensalada completa Varitas de merluza Fruta	**25** Llentilles amb xampinyons Truita amb pernil Fruita --- Lentejas con champiñones Tortilla de jamón Fruta	**26** Crema de porro Llom Fruita --- Crema de puerro Lomo Fruta	**27** Pèsols amb pernil Truita Fruita --- Guisantes con jamón Tortilla Fruta
30 Cuscús amb verdures Filet de vedella Fruita --- Cuscús amb verdures Filete de ternera Fruta				

FRUTA DE TEMPORADA / FRUITA DE TEMPORADA

mendoza colectividades

Pol. Ind. L'aberca
C/ Benimantell, 21
03530 - La Nucia (Alacant)

WEB
www.mendozacolectividades.com
EMAIL
info@mendozacatering.com
TELÉFONO
96 689 50 61

@mendozacolectividades

NOVEMBRE
NOVIEMBRE **2026**

AL MENJADOR, *Com a casa!*

Recomanacions de sopars / Recomendaciones de cenas

SEGONS AL·LÈRGIES / SEGÚN ALERGIAS

Alérgeno	Sustituir por...	Ejemplos de cenas
Gluten	Arroz, quinoa, patata, sorgo, mijo, harina de trigo sarraceno, de maíz, de arroz o de avena sin gluten	• Arroz con pollo y verduras • Quinoa con verduras salteadas • Patata cocida con pescado
Crustáceos	Carne, huevo, tofu, seitán, legumbres o pescado (no marisco).	• Pollo a la plancha con verduras • Merluza al horno con patata
Pescado	Carne, huevo, legumbres	• Tortilla con ensalada • Lentejas con verduras • Pollo al horno con calabacín
Huevo	Carne, pescado, legumbres, tofu y harina de garbanzo (para tortilla o rebozado)	• Filete de ternera con verduras • Pescado al horno con arroz • Garbanzos salteados con verduras
Cacahuetes	Aceite de oliva o almendras, nueces, avellanas... (si tolera)	• Arroz con verduras y pollo • Pasta sin salsas industriales • Verduras salteadas con alubias
Soja	Alubias, lentejas, garbanzos, habas o guisantes	• Lentejas estofadas • Garbanzos con verduras • Arroz con pollo
Lácteos	Alternativas vegetales	• Crema de calabacín sin lácteos • Pollo con patata al horno • Arroz con verduras
Frutos de cáscara	Coco rallado, semillas de girasol o de calabaza (si se toleran), copos de avena, granos de trigo sarraceno o chips de manzana y plátano	• Pasta con tomate natural • Arroz con verduras • Pollo con ensalada

Alérgeno	Sustituir por...	Ejemplos de cenas
Apio	Otras verduras: pepino, pimiento, rábano, col rizada, puerro o berenjena	• Garbanzos con champiñones • Ensalada de quinoa con queso fresco • Pollo con calabacín y zanahoria
Mostaza	Aceite, vinagre, mayonesa, hummus o tahin	• Ensalada con pollo • Pescado al horno con patata • Arroz con verduras
Sésamo	Aceite de oliva u otros frutos secos (si tolera)	• Hummus sin sésamo + verduras • Arroz con pollo • Lentejas con verduras salteadas
Sulfitos	Producto fresco	• Carne a la plancha con verduras • Pescado al horno • Ensalada de arroz
Altramuces	Edamame, quinoa, harina de garbanzo o de lenteja, nueces u otros frutos secos, alubias, lentejas o garbanzos.	• Lentejas con verduras • Garbanzos salteados • Puré de legumbres
Moluscos	Carne, pescado (no marisco), huevo o legumbres	• Pollo al horno con boniato y zanahoria • Ensalada y tortilla de patata • Garbanzos con jamón y zanahoria • Ensalada de alubias con queso fresco

"Una alimentación segura también puede ser variada, equilibrada y saludable"

mendoza colectividades

Pol. Ind. L'aberca
C/ Benimantell, 21
03530 - La Nucia (Alacant)

@mendozacolectividades

WEB
www.mendozacolectividades.com
EMAIL
info@mendozacatering.com
TELÉFONO
96 689 50 61

NOVEMBRE
NOVIEMBRE **2026**

AL MENJADOR, *Com a casa!*

Recomanacions de sopars / Recomendaciones de cenas

SEGONS AL·LÈRGIES / SEGÚN ALERGIAS

Al·lergen	Substituir per...	Exemples de sopars
Gluten	Arròs, quinoa, creïlla, sorgo, mill, farina de fajol, de dacsa, d'arròs o de civada sense gluten	• Arròs amb pollastre i verdures • Quinoa amb verdures saltejades • Creïlla bullida amb peix
Crustacis	Carn, ou, tofu, seitan, llegums o peix (no marisc)	• Pollastre a la planxa amb verdures • Lluç al forn amb creïlla
Peix	Carn, ou, llegums	• Truita amb ensalada • Llentilles amb verdures • Pollastre al forn amb carabasseta
Ou	Carn, peix, llegums, tofu i farina de cigró (per a truita o arrebossat)	• Filet de vedella amb verdures • Peix al forn amb arròs • Cigrons saltejats amb verdures
Cacauets	Oli d'oliva o ametles, nous, avellanes... (si es tolera)	• Arròs amb verdures i pollastre • Pasta sense salses industrials • Verdures saltejades amb fesols
Soja	Fesols, llentilles, cigrons, faves o pèsols	• Llentilles estofades • Cigrons amb verdures • Arròs amb pollastre
Làctics	Alternatives vegetals	• Crema de carabasseta sense làctics • Pollastre amb creïlla al forn • Arròs amb verdures
Fruits de corfa	Coco ratllat, llavors de gira-sol o de carabassa (si es toleren), flocs de civada, grans de fajol o xips de poma i plàtan	• Pasta amb tomaca natural • Arròs amb verdures • Pollastre amb ensalada

Al·lergen	Substituir per...	Exemples de sopars
Api	Altres verdures: cogombre, pimentó, rave, col arrissada, porro o albergínia	• Cigrons amb xampinyons • Amanida de quinoa amb formatge fresc • Pollastre amb carabasseta i carlota
Mostassa	Oli, vinagre, maionesa, hummus o tahina	• Amanida amb pollastre • Peix al forn amb creïlla • Arròs amb verdures
Sèsam	Oli d'oliva o altres fruits secs (si es toleren)	• Hummus sense sèsam + verdures • Arròs amb pollastre • Llentilles amb verdures saltejades
Sulfits	Producte fresc	• Carn a la planxa amb verdures • Peix al forn • Amanida d'arròs
Tramussos	Edamame, quinoa, farina de cigró o de llentilla, nous o altres fruits secs, fesols, llentilles o cigrons	• Llentilles amb verdures • Cigrons saltejats • Puré de llegums
Mol·luscs	Carn, peix (no marisc), ou o llegums	• Pollastre al forn amb moniato i carlota • Amanida i truita de creïlla • Cigrons amb pernil i carlota • Amanida de fesols amb formatge fresc

"Una alimentació segura també pot ser variada, equilibrada i saludable"

mendoza colectividades

Pol. Ind. L'aberca
C/ Benimantell, 21
03530 - La Nucia (Alacant)

WEB
www.mendozacolectividades.com
EMAIL
info@mendozacatering.com
TELÉFONO
96 689 50 61

@mendozacolectividades

MENÚS

QUE MARQUEN LA DIFERÈNCIA

mendoza colectividades

www.mendozacolectivdades.com

Al menjador cuidem cada detall perquè els xiquets i xiquetes gaudisquen d'una alimentació variada, saludable i amb sentit. Per això, a més dels menús habituals, oferim diferents propostes especials que enriqueixen la seua experiència a taula. Són menús pensats per a apropar nous sabors, fomentar la participació i mantindre vives les tradicions de la nostra cuina.

Menú amb proteïna vegetal

Incluem un menú amb proteïna vegetal que ens ajuda a cuidar la salut, el planeta i descobrir noves combinacions delicioses.

Els xiquets i les xiquetes trien el menú

Escoltem la seua opinió i els donem veu perquè puguen participar en l'elecció d'alguns plats fomentant l'autonomia

Els nostres cuiners i cuineres trien les seues receptes estrella

Els nostres cuiners i cuineres comparteixen les seues receptes preferides, plenes de sabor, creativitat i molta dedicació.

Descobrim plats nous per educar el paladar

Proposem ingredients nous i originals perquè descobrisquen sabors i textures.

Donem importància als plats típic d'altres països

Convidem els xiquets i xiquetes a descobrir sabors, tradicions i formes de viure d'altres cultures a través de l'alimentació.