

Consulta este menú des de la nostra web.

usuario: cervantes_valencia
contraseña: 112_cervantes_valencia

Descarrega't la nostra APP



El teu codi de centre és: 44

LUNES / DILLUNS / MONDAY

MARTES / DIMARTS / TUESDAY

MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY

JUEVES / DIJOUS / THURSDAY

VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY

1

Crema de verduras de temporada ecológica
Crema de verduras de temporada ecológicas
Organic vegetables creamed

Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)
Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)
Baked rice (chickpea, ribs, potato, tomato, black pudding)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 791,15 Prot(g): 22,32 Ca(mg): 125,95 Fe(mg): 7,29 Vi
tA(mcg): 1,53 B12(mcg): 0,17 HdC(g): 127,60 Lip(g): 22,05
Sopar:
Alcachofas salteadas/Pescado al limón
Carxofes saltejades/Peix a la llima
Sautéed artichokes/Grilled fish with lemon

4

Lechuga, tomate, aceitunas, remolacha, piña
Encisam, tomaca, olives, remolatxa, pinya
Lettuce, tomato, olives, beets, pineapple

Macarrones integrales boloñesa con verduras
Macarrons integrals bolonyesa amb verdures
Whole Bolognese macaroni with vegetables

Tortilla de caballa
Truita de verat
Mackerel omelette

Lácteo/Lacti/Dairy

KCal: 752,74 Prot(g): 32,74 Ca(mg): 301,59 Fe(mg): 5,96 V
itA(mcg): 1,34 B12(mcg): 3,80 HdC(g): 95,37 Lip(g): 26,82
Sopar:
Crema de puerros/Carne blanca magra
Crema de porro/Carne blanca magra
Leek cream/Lean white meat

5

Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria
Encisam, tomaca, ceba, cogombre, remolatxa, carlota
Lettuce, tomato, onion, cucumber, beet, carrot

Fabada vegetal (zanahoria, cebolla, pimiento)
Fabada vegetal (carlota, ceba, pimentó)
Vegetable stew (carrot, onion, pepper)

Panini vegetal pan ecológico, tomate, champiñón, pimiento rojo, olivas y queso)
Panini vegetal pa ecològic, tomaca, xampinyó, pimentó roig, olives i formatge)
Vegetable panini ecological bread, tomato, mushroom, red pepper, olives and cheese

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 833,67 Prot(g): 34,83 Ca(mg): 498,78 Fe(mg): 8,62 Vi
tA(mcg): 2,84 B12(mcg): 0,57 HdC(g): 134,90 Lip(g): 18,93
Sopar:
Zanahoria aliñada con guisantes/Mini brochetas de pollo con verduras
Carlota adobada amb pèsols/Mini broquetes de pollastre amb verdures
Carrot dressed with peas/Mini chicken skewers with vegetables

6

Tomate y queso fresco
Tomaca i formatge tendre
Tomato and cheese

Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas
Sopa de bullit (vedella, porc, ocell) amb verdures ecològiques
Cooked soup (veal, pork, bird) with organic vegetables

Cocido (garbanzo, jamonicos de pollo, ternera, cerdo, verdura)
Putxero (cigrons, pollastre, vedella, porc, verdures)
Meat and vegetable stew

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 980,36 Prot(g): 58,30 Ca(mg): 352,42 Fe(mg): 10,86 V
itA(mcg): 2,43 B12(mcg): 1,57 HdC(g): 103,83 Lip(g): 36,45
Sopar:
Calabacín a la plancha/Pescado al papillote
Carabasseta a la planxa/Peix al papillote
Grilled zucchini/Steamed fish

7

Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota
Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot

Huevos con bechamel
Ous amb beixamel
Eggs With Bechamel

Arroz de pescado con galeras (fondo)
Arròs de peix amb galeres (fons)
Fish rice with galleys (background)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 857,12 Prot(g): 28,93 Ca(mg): 327,12 Fe(mg): 5,17 Vi
tA(mcg): 0,86 B12(mcg): 1,76 HdC(g): 104,72 Lip(g): 36,18
Sopar:
Sopa de verduras
Sopa de verdures/Sandvitx vegetal amb formatge
Vegetable soup/Sandwich with vegetable and cheese

8

Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, remolacha y tomate
Amanida ecològica d'encisam romà, fulla de roure, remolatxa i tomaca
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, beet and tomato

Lentejas ecológicas y verduras ecológicas
Llenties ecològiques amb verdures ecològiques
Organic lentils and organic vegetables

Alitas de pollo y patatas al horno
Aletes de pollastre amb creïlles al forn
Chicken wings with baked potatoes

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 842,32 Prot(g): 47,16 Ca(mg): 153,03 Fe(mg): 10,18 V
itA(mcg): 1,13 B12(mcg): 0,00 HdC(g): 115,97 Lip(g): 21,71
Sopar:
Berenjena gratinada al horno/Pescado blanco
Alberginia gratinada al forn/Peix blanc
Eggplant au gratin/Whitefish

8

eco

Tomate y queso fresco
Tomaca i formatge tendre
Tomato and cheese

Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas
Sopa de bullit (vedella, porc, ocell) amb verdures ecològiques
Cooked soup (veal, pork, bird) with organic vegetables

Cocido (garbanzo, jamonicos de pollo, ternera, cerdo, verdura)
Putxero (cigrons, pollastre, vedella, porc, verdures)
Meat and vegetable stew

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 980,36 Prot(g): 58,30 Ca(mg): 352,42 Fe(mg): 10,86 V
itA(mcg): 2,43 B12(mcg): 1,57 HdC(g): 103,83 Lip(g): 36,45
Sopar:
Calabacín a la plancha/Pescado al papillote
Carabasseta a la planxa/Peix al papillote
Grilled zucchini/Steamed fish

7

Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota
Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot

Huevos con bechamel
Ous amb beixamel
Eggs With Bechamel

Arroz de pescado con galeras (fondo)
Arròs de peix amb galeres (fons)
Fish rice with galleys (background)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 857,12 Prot(g): 28,93 Ca(mg): 327,12 Fe(mg): 5,17 Vi
tA(mcg): 0,86 B12(mcg): 1,76 HdC(g): 104,72 Lip(g): 36,18
Sopar:
Sopa de verduras
Sopa de verdures/Sandvitx vegetal amb formatge
Vegetable soup/Sandwich with vegetable and cheese

8

eco

Crema de verduras de temporada ecológica
Crema de verduras de temporada ecológicas
Organic vegetables creamed

Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)
Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)
Baked rice (chickpea, ribs, potato, tomato, black pudding)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 791,15 Prot(g): 22,32 Ca(mg): 125,95 Fe(mg): 7,29 Vi
tA(mcg): 1,53 B12(mcg): 0,17 HdC(g): 127,60 Lip(g): 22,05
Sopar:
Alcachofas salteadas/Pescado al limón
Carxofes saltejades/Peix a la llima
Sautéed artichokes/Grilled fish with lemon

11 eco
Chips de boniato rojo ecológico
Xips de boniato roig ecològic
Ecological red sweet potato chips

Ensalada de huevo, nueces, trucha y maíz
Amanida d'ou, anous, truita i dacsa
Salad with eggs, nuts, trout and corn

Fideua de pescado
Fideua de peix
Fish fideua

Yogurt Artesano/Yogurt Artesà/Craft Yogurt

KCal: 761,00 Prot(g): 33,22 Ca(mg): 317,09 Fe(mg): 5,29 VitA(mcg): 0,39 B12(mcg): 0,95 Hdc(g): 106,39 Lip(g): 22,24

Sopar:
Alcachofas salteadas/Carne de ave
Carxofes saltejades/Carn d'au
Sautéed artichokes/Poultry

12 eco
Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota
Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot

Crema de guisantes y zanahoria con tostones integrales
Crema de péssols i carlota amb tostones integrals
Cream of pea and carrot with wholemeal bread

Solomillo de cerdo en salsa de queso Patatas parisinas
Rellem de porc en salsa de formatge Creïlles fregides
Pork tenderloin in cheese sauce Potatoes

Fruta ecológica/Fruta ecològica/Organic fruit

KCal: 941,01 Prot(g): 44,07 Ca(mg): 541,99 Fe(mg): 6,17 VitA(mcg): 2,38 B12(mcg): 3,80 Hdc(g): 86,95 Lip(g): 47,10

Sopar:
Hervido valenciano/Pescado al limón
Bullit valencià/Peix a la llima
Boiled vegetables/Grilled fish with lemon

13
Lechuga, maíz, tomate, cebolla, queso val. servilleta
Encisam, dacsa, tomaca, ceba, formatge valencià de tovalló
Lettuce, corn, tomato, onion, cheese

Arroz a la cubana (tomate, huevo)
Arròs a la cubana (tomaca, ou)
Rice with tomato and egg

Boquerones frescos enharinados con alcachofas frescas
Aladros frescos enfarinats amb carxofes fresques
Fresh floured anchovies with fresh artichokes

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 790,13 Prot(g): 35,56 Ca(mg): 145,89 Fe(mg): 4,98 VitA(mcg): 0,46 B12(mcg): 20,43 Hdc(g): 107,68 Lip(g): 24,50

Sopar:
Crema de calabaza/Carne magra de cerdo
Crema de carabassa/Carn magra de porc
Pumpkin cream/Lean pork

14
Ensalada de quinoa y vegetales (maíz, tomate, lechuga, zanahoria)
Amanida de quinoa i vegetals (dacsa, tomaca, encisam, carlota)
Quinoa and vegetable salad (corn, tomato, lettuce, carrot)

Garbanzos con espinacas y zanahorias ecológicas
Cigrons amb espinacs i carlotes ecològiques
Chickpeas with spinach and organic carrots

Pollo en su jugo con manzana con mazorca de maíz
Pollastre al seu suc amb poma amb panotxa de dacsa
Roasted chicken with apple with corn cob

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 729,82 Prot(g): 34,67 Ca(mg): 206,27 Fe(mg): 9,73 VitA(mcg): 2,02 B12(mcg): 3,13 Hdc(g): 113,85 Lip(g): 14,84

Sopar:
Berenjena rebozada/Pescado al papillote
Alberginies arrebossades/Peix al papillote
Breaded eggplant/Steamed fish

15
Ensalada de canónigos con mandarina y granada
Amanida de canonges con mandarina i granada
Cannelloni salad with mandarin and pomegranate

Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso)
Macarrons integrals a la italiana (tomaca, formatge)
Italian whole macaroni (tomato, cheese)

Crunch de salmón con salsa de soja y salteado oriental
Crunch de salmó amb salsa de soja i saltat oriental
Salmon crunch with soy sauce and sautéed oriental

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 730,29 Prot(g): 29,66 Ca(mg): 176,64 Fe(mg): 6,44 VitA(mcg): 0,97 B12(mcg): 4,50 Hdc(g): 105,56 Lip(g): 21,51

Sopar:
Patatas cocidas/Albóndigas de pollo
Creïlles cuites/Mandonguilles de pollastre
Cooked potatoes/Chicken meatballs

18 eco
Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria
Encisam, tomaca, ceba, cogombre, remolatxa, carlota
Lettuce, tomato, onion, cucumber, beet, carrot

Lentejas con calabaza y zanahoria ecológicas con arroz integral
Llenties amb carabassa i carlota eco amb arròs integral
Lentils with organic pumpkin and carrot with integral rice

Tortilla de patata con jamón serrano
Truita de creïlla amb pernil
Spanish omelette with ham

Lácteo/Lacti/Dairy

KCal: 930,78 Prot(g): 45,10 Ca(mg): 321,06 Fe(mg): 10,43 VitA(mcg): 1,71 B12(mcg): 2,15 Hdc(g): 117,94 Lip(g): 30,97

Sopar:
Sopa de verduras/Pescado blanco
Sopa de verdures/Peix blanc
Vegetable soup/Whitefish

19
Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota
Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot

Espaguetis integrales al pesto
Espaguetis integrals al pesto
Whole Spaguetti to pesto

Bacalao a la vizcaína (cebolla, tomate, pimienta)
Abadejo a la biscaina (ceba, tomaca, pimentó)
Vizcaino style codfish (onion, tomato, pepper)

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 780,17 Prot(g): 29,87 Ca(mg): 312,14 Fe(mg): 7,21 VitA(mcg): 1,48 B12(mcg): 2,89 Hdc(g): 107,87 Lip(g): 25,74

Sopar:
Crema de nabo y patata/Carne de ave
Crema de nap i creïlla/Carn d'au
Turnip and potato cream/Poultry

20
Lechuga, tomate, col, maíz, rábano, pasas
Encisam, tomaca, col, remolatxa, panses
Lettuce, tomato, cabbage, beet, raisins

Sopa de cocido con garbanzos
Sopa d'olla amb cigrons
Chickpea Soup

Escalope de pechuga de pollo (empanado casero) con patatas
Escalopets de pit de pollastre (empanat casolà) amb creïlles
Chicken Escalope and potatoes

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 979,57 Prot(g): 53,38 Ca(mg): 175,50 Fe(mg): 8,49 VitA(mcg): 0,77 B12(mcg): 12,19 Hdc(g): 116,72 Lip(g): 33,55

Sopar:
Quiche de verduras/Pescado al papillote
Quiche de verdures/Peix al papillote
Vegetable quiche/Steamed fish

21
Jornada Gastronómica
Jornada Gastronómica
Gastronomic Day

KCal: 0,00 Prot(g): 0,00 Ca(mg): 0,00 Fe(mg): 0,00 VitA(mcg): 0,00 B12(mcg): 0,00 Hdc(g): 0,00 Lip(g): 0,00

Sopar:

22 eco
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, remolacha y tomate
Amanida ecològica d'encisam romà, fulla de roure, remolatxa i tomaca
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, beet and tomato

Arroz con acelgas ecológicas (alubias ecológicas)
Arròs amb bledes ecològiques (fessols ecològics)
Rice with organic chard (organic beans)

Pescadilla fresca orly Brócoli gratinado
Llucet fresc orly Brócoli gratinat
Fresh fish orly Broccoli au gratin

Fruta ecológica/Fruta ecològica/Organic fruit

KCal: 823,76 Prot(g): 32,27 Ca(mg): 261,27 Fe(mg): 7,85 VitA(mcg): 1,31 B12(mcg): 0,75 Hdc(g): 127,38 Lip(g): 21,21

Sopar:
Judías verdes salt. con jamón/Carne blanca magra
Bajoqueta saltejada amb pernil/Carn blanca magra
Sautéed green beans with ham/Lean white meat

25
Ensalada de rúcula, remolacha y pipas de girasol
Amanida de rúcula, remolatxa i pipes de gira-sol
Arugula salad, beet and sunflower seeds

Guisado de sepia fresca y patatas
Guisat de sèpia fresca i creïlles
Potato stew with fresh cuttlefish

Lomo de merluza al horno con pisto (pimiento, tomate, cebolla)
Llom de lluç al forn amb samfaina (pimentó, tomaca, ceba)
Hake baked with ratatouille (pepper, tomato, onion)

Yogur natural valenciano/Togurt natural valencià/Valencian natural yogurt

KCal: 764,06 Prot(g): 42,58 Ca(mg): 378,54 Fe(mg): 6,13 VitA(mcg): 1,55 B12(mcg): 1,33 Hdc(g): 77,67 Lip(g): 31,41

Sopar:
Espinacas con pasas y piñones/Huevo
Espinacs saltejats amb panses i pinyons/Ou
Spinach with raisins and pine nuts/Egg

26
Dia mundial del pistacho
Dia mundial del pistatxo
World pistachio day

Hummus de pistacho Ensalada de patata, huevo, cangrejo, olivas y vegetales
Hummus de pistatxo Amanida de creïlla, ou, cranc, olives i vegetals
Pistachio hummus Potato salad, egg, crab, olives and vegetables

Paella valenciana (arroz, pollo, judía verde, garrofón) con alcachofas frescas
Paella valenciana (arròs, pollastre, bajoqueta, garrofón) amb carxofes fresques
Valencian paella (rice, chicken, green beans, broad beans) with fresh artichokes

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 832,48 Prot(g): 30,62 Ca(mg): 136,66 Fe(mg): 5,77 VitA(mcg): 1,25 B12(mcg): 3,57 Hdc(g): 117,87 Lip(g): 26,86

Sopar:
Brócoli al vapor/Panini de verduras, queso y fiambre
Bròcoli al vapor/Panini de verdures, formatge i companatge
Steamed broccoli/Vegetable, cheese and cold cuts panini

27 eco
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, remolacha y tomate
Amanida ecològica d'encisam romà, fulla de roure, remolatxa i tomaca
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, beet and tomato

Crema ecológica (calabaza y alubias) con tostones integrales
Crema ecològica (carabassa i fessols) amb tostones integrals
Pumpkin and beans organic cream with wholemeal bread

Goulash de ternera, champiñón y zanahoria con cous cous
Goulash de vedella, xampinyons i carlota amb cous cous
Veal, mushroom and carrot goulash with cous cous

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 820,31 Prot(g): 32,10 Ca(mg): 199,11 Fe(mg): 8,46 VitA(mcg): 3,04 B12(mcg): 1,24 Hdc(g): 111,09 Lip(g): 28,15

Sopar:
Verduras salteadas con arroz/Pescado blanco
Verdures saltejades amb arròs/Peix blanc
Sautéed vegetables with rice/Whitefish

28
Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota
Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot

Caracolas boloñesa (cerdo, ternera, cebolla, tomate, queso)
Caragols bolonyesa (porc, vedella, ceba, tomaca, formatge)
Pasta bolognese (pork, beef, onion, tomato, cheese)

Tortilla de espinacas
Truita d'espinacs
Spinach omelette

Fruta/Fruta/Fruit

KCal: 731,20 Prot(g): 28,37 Ca(mg): 231,81 Fe(mg): 8,31 VitA(mcg): 1,86 B12(mcg): 1,35 Hdc(g): 96,31 Lip(g): 26,31

Sopar:
Sopa de verduras
Sopa de verdures/Sandvitx vegetal amb formatge
Vegetable soup/Sandwich with vegetable and cheese

Con nosotros como en casa...



Amb nosaltres com a casa...



With us feels like home...