



BRITISH SCHOOL OF VALENCIA



Scolarest me propuso cambiar la forma de alimentar de los niños y niñas y acercarles el mar, hacer conocido lo desconocido sobre sus beneficios, no pude más que comprometerme con el reto y ponerme a trabajar, trabajar por ellos y trabajar con el mar.

**SCOLAREST**  
con las familias

JOANNA GISBERT  
nºColegiada: CAT001068



## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

### FESTIVO

<p>3</p> <p>902 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 37 G.: 11</p> <p>LETTUCE, CARROT AND TOMATO STEWED LENTILS WITH CHORIZO COURGETTE OMELETTE YORK HAM AND CHEESE</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO TORTILLA DE CALABACÍN JAMÓN YORK Y QUESO FRUTA</p>	<p>4</p> <p>1.146 Kcal. P.: 22 HC.: 41 L.: 35 G.: 9</p> <p>LETTUCE, TOMATO AND LOMBARDA BOLOGNESE NOODLES GRILLED CHICKEN POTATOES WITH PEPPER</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, TOMATE Y LOMBARDA TALLARINES A LA BOLONESA POLLO ASADO PATATAS CON PIMENTÓN FRUTA</p>	<p>5</p> <p>1.096 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 37 G.: 9</p> <p>TOMATO WITH OREGANO AND EGG OVEN-BAKED RICE SALMON MEDALLION IN GREEN SAUCE ASPARAGUS AND PEAS</p> <p>FRUIT</p> <p>TOMATE CON ORÉGANO Y HUEVO DURO ARROZ AL HORNO MEDALLÓN DE SALMÓN EN SALSA VERDE ESPÁRRAGOS Y GUIANTES FRUTA</p>	<p>6</p> <p>786 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 37 G.: 8</p> <p>CORN SWEET SALAD WITH TOMATA FISH SOUP CORDON BLUE PROVENZAL AUBERGINE</p> <p>DAIRY</p> <p>ENSALADA DE MAIZ Y TOMATE SOPA DE PESCADO CON ESTRELLITAS SAN JACOBO DE PAVO BERENJENA PROVENZAL LÁCTEO</p>	<p>7</p> <p>910 Kcal. P.: 21 HC.: 49 L.: 28 G.: 7</p> <p>LETTUCE, CARROT AND TOMATO FIDEUA VEAL STEW WITH MUSHROOMS AND POTATO</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE FIDEUA ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIÑÓN Y PATATAS FRUTA</p>
<p>10</p> <p>964 Kcal. P.: 12 HC.: 57 L.: 29 G.: 5</p> <p>SALAD CUBANA RICE BATTERED HAKE SLICE (WITH OPTIONAL MAYONNAISE) PROVENZAL ZUCCHINI</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, TOMATE Y MAIZ ARROZ A LA CUBANA MERLUZA A LA ROMANA (CON MAYONESA OPCIONAL) CALABACÍN PROVENZAL FRUTA</p>	<p>11</p> <p>622 Kcal. P.: 22 HC.: 49 L.: 25 G.: 5</p> <p>DRESSED TOMATO GREEN BEAN AND CAULIFLOWER CREAM WITH TOSTONES ROAST TURKEY PEAS AND ONION</p> <p>FRUIT</p> <p>TOMATE ALIÑADO CON ATÚN PURÉ DE JUDÍAS VERDES I COLIFLOR CON TOSTONES PAVO ASADO GUIANTES Y CEBOLLA FRUTA</p>	<p>12</p> <p>772 Kcal. P.: 19 HC.: 41 L.: 36 G.: 10</p> <p>SALAD CHICKPEA STEWED WITH CHORIZO FRENCH OMELETTE MANCHEGO CHEESE</p> <p>FRUIT</p> <p>ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA GARBANZOS GUIADOS CON CHISTORRA DE PESCADA TORTILLA FRANCESA, QUESO MANCHEGO FRUTA</p>	<p>13</p> <p>558 Kcal. P.: 19 HC.: 44 L.: 34 G.: 13</p> <p>SALAD MEAT AND VEGETABLE SOUP STEW MEATBALL</p> <p>DAIRY</p> <p>LECHUGA, JUDÍA BROTES Y TOMATE SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON PELOTA LÁCTEO</p>	<p>14</p> <p>716 Kcal. P.: 12 HC.: 39 L.: 45 G.: 12</p> <p>LETTUCE SALAD VALENCIAN BOIL WITH BEAN, CARROT AND POTATO LONGANIZE SAUSAGES WITH TOMATO PISTO VEGETABLES</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, TOMATE Y APIO HERVIDO VALENCIANO CON JUDÍA, ZANAHORIA Y PATATA LONGANIZAS CON TOMATE VERDURAS DE PISTO FRUTA</p>
<p>17</p> <p>679 Kcal. P.: 16 HC.: 52 L.: 27 G.: 4</p> <p>LETTUCE, TOMATO AND BLACK OLIVES LENTILS WITH PUMPKIN AND CARROT FRENCH OMELETTE POTATOES WITH PIMINETS AND ONION</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS LENTEJAS CON CALABAZA Y ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA PATATAS A LO POBRE FRUTA</p>	<p>18</p> <p>780 Kcal. P.: 18 HC.: 44 L.: 36 G.: 14</p> <p>LETTUCE, CARROT AND TOMATO CARBONARA MACARONI COLD MEAT</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE MACARRONES CON TOMATE Y BACON FIAMBRE VARIADO FRUTA</p>	<p>19</p> <p>847 Kcal. P.: 18 HC.: 53 L.: 27 G.: 7</p> <p>GREEN SALAD WITH ASPARAGUS ORIENTAL RICE GARLIC CHICKEN PROVENZAL AUBERGINE</p> <p>FRUIT</p> <p>ENSALADA VERDE CON ESPÁRRAGOS ARROZ ORIENTAL CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO BERENJENA PROVENZAL FRUTA</p>	<p>20</p> <p>676 Kcal. P.: 28 HC.: 47 L.: 22 G.: 6</p> <p>DRESSED TOMATO CREAM OF VEGETABLES WITH TOSTONES FISH IN GREEN SAUCE PEAS AND ONION</p> <p>DAIRY</p> <p>TOMATE ALIÑADO CON ATÚN CREMA DE VERDURAS CON TOSTONES ABADJO EN SALSA VERDE GUIANTES Y CEBOLLA LÁCTEO</p>	<p>21</p> <p>856 Kcal. P.: 19 HC.: 38 L.: 39 G.: 11</p> <p>LETTUCE, TOMATO AND BLACK OLIVES CHICKPEA STEWED WITH CHORIZO FRENCH OMELETTE YORK HAM AND CHEESE</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS GARBANZOS GUIADOS CON CHORIZO TORTILLA FRANCESA JAMÓN YORK Y QUESO FRUTA</p>
<p>24</p> <p>922 Kcal. P.: 20 HC.: 48 L.: 30 G.: 5</p> <p>LETTUCE, CARROT AND TOMATO CHICKEN RICE SALMON WITH BROCCOLI SAUCE</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE ARROZ CALDOSO SALMÓN CON SALSA CON BRÓCOLI FRUTA</p>	<p>25</p> <p>1.060 Kcal. P.: 20 HC.: 38 L.: 39 G.: 10</p> <p>DRESSED TOMATO CASSEROLED NOODLES GARDENER'S STYLE MEATBALLS CHIPS</p> <p>FRUIT</p> <p>TOMATE ALIÑADO CON ATÚN FIDEOS A LA CAZUELA ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p>26</p> <p>934 Kcal. P.: 23 HC.: 33 L.: 42 G.: 13</p> <p>SALAD RIOJANA POTATO STEW CHICKEN FILET IN CHEESE SAUCE GARLIC MUSHROOMS</p> <p>FRUIT</p> <p>LECHUGA, JUDÍA BROTES Y TOMATE GUIZO DE PATATAS RIOJANA BOCADITOS DE BACALAO CON KETCHUP OPCIONAL CHAMPIÑONES AL AJILLO FRUTA</p>	<p>27</p> <p>630 Kcal. P.: 13 HC.: 58 L.: 26 G.: 7</p> <p>MEXICAN GASTRONOMIC DAY</p> <p>JORNADA GASTRONÓMICA MEXICANA</p>	<p>28</p> <p>886 Kcal. P.: 26 HC.: 39 L.: 32 G.: 10</p> <p>DRESSED TOMATO CREAM OF LEEK AND CARROT WITH EGG CHICKEN CURRY POTATOES WITH PIMINETS AND ONION</p> <p>FRUIT</p> <p>TOMATE ALIÑADO CON ATÚN CREMA DE PUERRO Y ZANAHORIA CON HUEVO PICADO JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY PATATAS A LO POBRE FRUTA</p>
<p>31</p> <p>886 Kcal. P.: 26 HC.: 39 L.: 32 G.: 10</p> <p>DRESSED TOMATO CREAM OF LEEK AND CARROT WITH EGG CHICKEN CURRY POTATOES WITH PIMINETS AND ONION</p> <p>FRUIT</p> <p>TOMATE ALIÑADO CON ATÚN CREMA DE PUERRO Y ZANAHORIA CON HUEVO PICADO JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY PATATAS A LO POBRE FRUTA</p>				