

AVRIL 2024 MENU SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:
Banane, Poire, Kiwi, Fraîse, Pomme et Orange

PRODUITS LAITIERS:
Smoothies maison, yaourt valencien naturel, yaourt artisanal, assortiment de fromages

VALEUR DIFFÉRENCIANTE

- RECETTE VÉGÉTARIENNE
- PÊCHE DURABLE
- PRODUIT BIOLOGIQUE
- RECETTE POUR GOURMETS
- GASTRONOMIE TRADITIONNELLE
- PRODUIT DE SAISON
- PRODUIT DU KM 0

ALLERGÈNES

- CÉLÉRI
- CACAHUÛTES
- FRUITS SECS
- SÉSAME
- CRUSTACÉS
- OEUFS
- GLUTEN
- POISSON
- SOJA
- MOLLUSQUES
- PROD. LAITIERS
- SULFITES
- LUPINS
- MOUTARDE

Av. 1^{er} de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia) T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Menu révisé par un nutritionniste membre Laura Guillem, N° CV00275.

Nous proposons des menus adaptés à l'âge des convives, aux raisons éthiques, aux allergies et autres pathologies. L'évaluation nutritionnelle est basée sur la tranche d'âge. Nos menus sont préparés selon les directives de la réglementation en vigueur dans chaque communauté autonome.

Des informations sur les allergènes sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Du pain à la farine de blé entier (100%) sera distribué deux fois par semaine.

1	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

FÉRIÉ

2	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

FÉRIÉ

3	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

FÉRIÉ

4	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

FÉRIÉ

5	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

FÉRIÉ

8	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Conques "amatriciana"

Tranche de merlu

Fruits et produits laitiers

Courgettes grillées

Oeufs brouillés à l'ail /Fruit

9	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Ragoût de pois chiches aux légumes BIO

Omelette de pomme de terre avec carotte

Fruit

Salade complète

Hamburger de poulet et brocoli /Fruit

10	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Soupe cuite

Poulet au four avec épis de maïs (Enfants: maïs sauté)

Fruit

Wok aux légumes

Poisson sauce citron /Fruit

11	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

FÉRIÉ

12	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Riz Aux Blettes

Maigre avec tomate

Fruit

Crème de champignon

Poisson en papillote /Fruit

15	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Lentilles aux légumes BIO

"Coca de taina valenciana"

Fruits et produits laitiers

Légumes sautés avec du riz

Viande rouge maigre /Fruit

16	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Crème (chou-fleur, panais, carotte, courgette) BIO avec petits pains grillés

Curry de dinde avec pommes de terre

Fruit

Brochette de légumes

Poisson bleu /Fruit

17	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Spaghetti à la carbonara

Merlu en sauce verte avec brocoli

Fruit

Pommes de terre au gratin

Oeuf /Fruit

18	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Haricots blancs aux légumes

Surlonge à la sauce espagnole et couscous

Fruits et produits laitiers

Soupe aux légumes

Croquettes maison de poisson /Fruit

19	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Riz au four

Calamars recouverts de farine maison avec mayonnaise aux agrumes

Fruit

Épi de maïs avec du sel

Sandwich végétal /Fruit

22	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Cannellonis gratinés à la béchamel

Beurre blanc de saumon avec pays sauté

Fruits et produits laitiers

Haricots verts sautés

Viande maigre de porc /Fruit

23	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Lentilles avec des légumes

Omelette de pomme de terre avec haricots verts à l'étuvée

Fruit

Soupe de courgette

Poisson en papillote /Fruit

24	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Soupe de pot-au-feu légumes BIO

Poulet au miel avec poivrons

Fruit

Potiron et pomme de terre au micro-ondes

Omelette au fromage /Fruit

25	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Riz à la cubaine (tomate, oeuf)

Anchois farinés avec choufleur

Fruits et produits laitiers

Échalotte et poivron rouge plancha

Viande de volaille /Fruit

26	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Crème de petits pois et carotte

PIZZA

Fruit

Couscous aux épices

Pizza maison aux légumes frais saison /Fruit

29	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Compote de pommes de terre et légumes de saison avec purée

Goulash de dinde avec coquillettes

Fruits et produits laitiers

Chips de patate douce

Poisson sauce citron /Fruit

30	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

Buffet de salade

Burrito mexicain

"Paella Valenciana"

Fruit

Soupe de carotte

Oeuf /Fruit

	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

	Entrant	KCAL
		PROT
	Premier	CA
		FE
	Deuxième	HDC
	Dessert	LIP
	Dîner	

ABRIL 2024
MENÚ SECUNDARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:
Banana, Pera, Kiwi, Fresón, Naranja y Manzana

OPCIONES DE LÁCTEO:
Batidos caseros, yogur valenciano natural, yogur artesano, quesos variados

VALOR DIFERENCIAL

ALÉRGENOS

Av. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275.

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías. La evaluación nutricional está basada en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad autónoma.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la descripción del menú. Se dará puntaje positivo integral (100%) dos veces a la semana.

1	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
FESTIVO		

2	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
FESTIVO		

3	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
FESTIVO		

4	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
FESTIVO		

5	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
FESTIVO		

8	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		957,78
Caracolas amatriciana		39,26g
Rodaja de merluza con guisantes encebollados		378,32mg
Fruta y lácteo		4,54mg
Calabacín a la plancha		120,16g
Revuelto de ajos tiernos /Fruta		50,16g

9	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		770,82
Potaje de garbanzos con verduras ECO		29,46g
Tortilla de patata con zanahoria		267,69mg
Fruta		11,34mg
Ensalada completa		121,07g
Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta		19,38g

10	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		821,67
Sopa de cocido		52,41g
Pollo al horno con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)		145,04mg
Fruta		7,27mg
Wok de verduras		83,65g
Pescado al limón /Fruta		36,51g

11	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
FESTIVO		

12	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		810,23
Arroz con acelgas		43,98g
Magro con tomate		174,03mg
Fruta		7,90mg
Crema de champiñón		103,12g
Pescado al papillote /Fruta		25,72g

15	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		875,51
Lentejas con verduras P/ECO		31,87g
Coca de titaina valenciana		311,09mg
Fruta y lácteo		8,02mg
Verduras salteadas con arroz		106,05g
Carne roja magra /Fruta		37,15g

16	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		800,60
Crema (coliflor, chirivía, zanahoria, calabacín) P/ECO con tostones		29,98g
Pavo al curry con patatas		105,78mg
Fruta		5,15mg
Brochetas de verduras		74,64g
Pescado azul /Fruta		42,95g

17	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		811,22
Espaguetis a la carbonara		32,56g
Merluza en salsa verde con brócoli		354,82mg
Fruta		7,20mg
Patatas al gratén		4,18mg
Huevo /Fruta		91,76g
		47,09g

18	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		828,87
Alubias a la tailandesa		32,61g
Solomillo en salsa española con cous cous		303,71mg
Fruta y lácteo		5,30mg
Sopa de verduras		103,34g
Croquetas caseras de pescado /Fruta		43,93g

19	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		907,37
Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)		31,25g
Calamares enharinados caseros con mayonesa de cítricos		167,58mg
Fruta		6,23mg
Mazorca de maíz con sal		85,44g
Sandwich vegetal /Fruta		48,96g

22	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		843,35
Canelones gratinados con bechamel		38,15g
Salmon berre blanc con salteado campestre		401,58mg
Fruta y lácteo		3,81mg
Judías verdes salteadas		69,00g
Carne magra de cerdo /Fruta		46,12g

23	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		782,16
Lentejas con verduras		39,57g
Tortilla de patata con judías verdes rehogadas		194,77mg
Fruta		10,75mg
Crema de calabacín		98,08g
Pescado al papillote /Fruta		25,79g

24	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		865,42
Sopa de cocido con verduras ECO		49,00g
Pollo a la miel con pimientos		164,08mg
Fruta		8,31mg
Calabaza y patata al microondas		97,73g
Tortilla de queso /Fruta		36,27g

25	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		867,68
Arroz a la cubana (tomate y huevo)		36,59g
Boquerones enharinados con coliflor		229,58mg
Fruta y lácteo		5,11mg
Cebolleta y pimiento rojo plancha		94,80g
Carne de ave /Fruta		37,62g

26	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		878,06
Crema de guisantes y zanahoria		28,34g
PIZZERO		252,78mg
Fruta		4,44mg
Cous cous con especias		109,57g
Pizza casera de verduras frescas de temporada		36,84g

29	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		922,67
Guisado de patatas y verduras de temporada con majado		39,97g
Goulash de pavo con caracolas		324,36mg
Fruta y lácteo		7,87mg
Chips de boniato al horno		153,83g
Pescado al limón /Fruta		25,62g

30	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP
Buffet de ensaladas		981,78
Burrito mexicano		46,72g
Paella valenciana		310,49mg
Fruta		4,67mg
Crema de zanahoria		138,80g
Huevo /Fruta		26,21g

	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP

	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP

	Entrante	KCAL
	Primero	PROT
	Segundo	CA
	Postre	FE
	Cena	HDC
		LIP

AVRIL 2024 2^a OP SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:
Banane, Poire, Kiwi, Fraîse, Pomme et Orange

PRODUITS LAITIERS:
Smoothies maison, yaourt valencien naturel, yaourt artisanal, assortiment de fromages

VALEUR DIFFÉRENCIANTE

- RECETTE VÉGÉTARIENNE
- PÊCHE DURABLE
- PRODUIT BIOLOGIQUE
- RECETTE POUR GOURMETS
- GASTRONOMIE TRADITIONNELLE
- PRODUIT DE SAISON
- PRODUIT DU KM 0

ALLERGÈNES

- CÉLÉRI
- CACAHUÛTES
- FRUITS SECS
- SÉSAME
- CRUSTACÉS
- OEUFS
- GLUTEN
- POISSON
- SOJA
- MOLLUSQUES
- PROD. LAITIERS
- SULFITES
- LUPINS
- MOUTARDE

Av. 1^o de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Menu révisé par un nutritionniste membre Laura Guillem, N° CV00275.

Nous proposons des menus adaptés à l'âge des convives, aux raisons éthiques, aux allergies et autres pathologies. L'évaluation nutritionnelle est basée sur la tranche d'âge. Nos menus sont préparés selon les directives de la réglementation en vigueur dans chaque communauté autonome.

Ces informations sur les allergènes sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Du jour à la veille de l'été 2024 sera distribué deux fois par semaine.

1	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

2	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

3	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

4	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

5	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

8	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

9	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

10	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

11	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

12	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

15	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

16	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

17	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

18	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

19	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

22	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

23	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

24	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

25	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

26	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

29	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

30	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

	Entrant	KCAL
	Protéines	PROT
	Premier	CA
	Secondaire	FE
	Troisième	HDC
	Quatrième	LIP
	Dîner	

ABRIL 2024 2ª OP SECUNDARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:
Banana, Pera, Kiwi, Fresón, Naranja y Manzana

OPCIONES DE LÁCTEO:
Batidos caseros, yogur valenciano natural, yogur artesano, quesos variados

VALOR DIFERENCIAL

- RECETA VEGETARIANA
- PESCA SOSTENIBLE
- PRODUCTOS ORGÁNICOS
- RECETA FOODIE
- GASTRONOMÍA TRADICIONAL
- PRODUCTO DE TEMPORADA
- PRODUCTO LOCAL KM.0

ALÉRGENOS

- ARROZ
- CAJAHUETES
- FRUTOS DE CÁSCARA
- SÉSAMO
- CRUSTÁCEOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCADO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUFRIOS
- ALTRAMUZES
- MOSTAZA

<p>1</p> <p>Entrante</p> <p>Primero FESTIVO</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>2</p> <p>Entrante</p> <p>Primero FESTIVO</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>3</p> <p>Entrante</p> <p>Primero FESTIVO</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>4</p> <p>Entrante</p> <p>Primero FESTIVO</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>5</p> <p>Entrante</p> <p>Primero FESTIVO</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>8</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Menestra de verduras con jamón</p> <p>Segundo Albóndigas a la jardinera con guisantes encebollados</p> <p>Postre Fruta y lácteo</p> <p>Cena Calabacín a la plancha Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p> <p>KCAL 912,63 PROT 38,66g CA 26,76g FE 262,08mg HDC 85,78g LIP 51,90g</p>	<p>9</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Tabulé</p> <p>Segundo Costillas a la miel con zanahoria</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Ensalada completa Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta</p> <p>KCAL 654,65 PROT 18,89g CA 122,27mg FE 4,72mg HDC 56,47g LIP 40,08g</p>	<p>10</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Espinacas gratinadas</p> <p>Segundo Quesadilla con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Wok de verduras Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL 813,68 PROT 29,20g CA 460,61mg FE 7,17mg HDC 84,92g LIP 39,71g</p>	<p>11</p> <p>Entrante</p> <p>Primero FESTIVO</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>12</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Guisantes con tomate</p> <p>Segundo Merluza a la provenzal con verduras salteadas</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Crema de champiñón Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 518,81 PROT 24,38g CA 165,02mg FE 5,78mg HDC 73,58g LIP 14,64g</p>
<p>15</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Arroz salteado estilo chino</p> <p>Segundo Pechuga de pollo finas hierbas con pimientos</p> <p>Postre Fruta y lácteo</p> <p>Cena Verduras salteadas con arroz Carne roja magra /Fruta</p> <p>KCAL 823,22 PROT 38,66g CA 192,83mg FE 3,75mg HDC 92,96g LIP 33,06g</p>	<p>16</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Tomate gratinado</p> <p>Segundo Bacalao a la meunier con patatas</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Brochetas de verduras Pescado azul /Fruta</p> <p>KCAL 654,91 PROT 27,04g CA 409,48mg FE 3,82mg HDC 54,22g LIP 37,52g</p>	<p>17</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Hervido de verduras</p> <p>Segundo Piadina con brócoli</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Patatas al gratén Huevo /Fruta</p> <p>KCAL 876,38 PROT 53,37g CA 364,93mg FE 5,87mg HDC 107,74g LIP 74,28g</p>	<p>18</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Ensalada de pasta con vegetales</p> <p>Segundo Merluza a la vizcaína (tomate, pimiento) con cous cous</p> <p>Postre Fruta y lácteo</p> <p>Cena Sopa de verduras Croquetas caseras de pescado /Fruta</p> <p>KCAL 686,29 PROT 34,88g CA 307,75mg FE 5,33mg HDC 111,12g LIP 25,79g</p>	<p>19</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Crema de calabacín</p> <p>Segundo Lomo de cerdo a la plancha con champiñones</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Mazorca de maíz con sal Sandwich vegetal /Fruta</p> <p>KCAL 429,68 PROT 17,18g CA 65,06mg FE 4,36mg HDC 32,53g LIP 36,88g</p>
<p>22</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Judías verdes con tomate</p> <p>Segundo Rollito de primavera con salteado campestre</p> <p>Postre Fruta y lácteo</p> <p>Cena Judías verdes salteadas Carne magra de cerdo /Fruta</p> <p>KCAL 797,18 PROT 20,44g CA 446,31mg FE 4,54mg HDC 80,01g LIP 44,12g</p>	<p>23</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Tallarines con verduras y salsa de soja</p> <p>Segundo Falafel con judías verdes rehogadas</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Crema de calabacín Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 629,46 PROT 24,85g CA 171,87mg FE 6,09mg HDC 129,83g LIP 19,45g</p>	<p>24</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Coliflor hervida</p> <p>Segundo All i pebre de rape (con patata) con pimientos</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Calabaza y patata al microondas Tortilla de queso /Fruta</p> <p>KCAL 612,01 PROT 19,93g CA 116,98mg FE 4,32mg HDC 76,40g LIP 26,28g</p>	<p>25</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Crema de puerros</p> <p>Segundo Chuleta de pavo con coliflor</p> <p>Postre Fruta y lácteo</p> <p>Cena Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne de ave /Fruta</p> <p>KCAL 663,88 PROT 32,77g CA 263,81mg FE 4,81mg HDC 50,08g LIP 35,76g</p>	<p>26</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Poke bowl</p> <p>Segundo Fingers de pescado y patatas asadas al romero</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Cous cous con especias Pizza casera de verduras frescas de temporada</p> <p>KCAL 972,46 PROT 32,24g CA 146,59mg FE 6,55mg HDC 122,52g LIP 39,65g</p>
<p>29</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Parmigiana de berenjena</p> <p>Segundo Merluza en salsa mery con caracolas</p> <p>Postre Fruta y lácteo</p> <p>Cena Chips de boniato al horno Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL 652,84 PROT 32,95g CA 530,17mg FE 4,28mg HDC 93,80g LIP 27,83g</p>	<p>30</p> <p>Entrante Buffet de ensaladas</p> <p>Primero Crema de verduras de temporada</p> <p>Segundo Croquetas de bacalao con tomate</p> <p>Postre Fruta</p> <p>Cena Crema de zanahoria Huevo /Fruta</p> <p>KCAL 507,46 PROT 8,55g CA 83,98mg FE 2,73mg HDC 58,80g LIP 26,67g</p>	<p>31</p> <p>Entrante</p> <p>Primero</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>32</p> <p>Entrante</p> <p>Primero</p> <p>Segundo</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	

Av. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275.

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías. La evaluación nutricional está basada en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad autónoma.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará puntaje positivo integral (100%) dos veces a la semana.