

DÉCEMBRE 2025

MENU PRIMAIRE

FRUITS DE SAISON:

Banane, Pomme, Poire, Kaki et Mandarine

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

ALÉRGENOS

CÉLÉRI

CACAHUËTES

FRUITS SECS

SÉSAME

CRUSTACÉS

OÏLIF

GLUTEN

POISSON

SOJA

MOLLUSQUES

PROD. LAITIERS

SULFITES

LUPINS

MOUTARDE

Avda. 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

Nous avons des menus adaptés à l'âge des enfants, aux régimes alimentaires, aux allergies, à la maladie coeliaque, etc. L'évaluation nutritionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos menus sont préparés conformément à la réglementation du BOIB RD 39/2019 du 17 mai sur la promotion du régime méditerranéen dans les centres éducatifs et de santé des îles Baléares.

Tous les renseignements sur les allergies sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Un pain complet sera distribué un jour par semaine.

1 Entrant Salade du jour KCAL 779,75 PROT 30,60g CA 205,80mg FE 5,14mg HDC 129,27g LIP 34,58g Premier Spaghettis italiens Deuxième Merlu aux herbes de provence avec des artichauts Dessert Fruit Dîner Soupe de courgette Viande blanche /Fruit	2 Entrant Salade du jour KCAL 893,77 PROT 35,04g CA 355,79mg FE 8,66mg HDC 109,00g LIP 34,76g Premier Haricots avec chorizo Deuxième Quesadilla jambon york fromage avec pistou Dessert Fruit Dîner Couscous aux épices Omelette de pomme de terre et oignon /Fruit	3 Entrant Salade du jour BIO KCAL 802,48 PROT 41,59g CA 143,66mg FE 6,28mg HDC 110,82g LIP 32,19g Premier Soupe de volaille Deuxième Poulet grillé avec pommes de terre rôties au paprika Dessert Fruit BIO Dîner Haricots verts sautés Poisson blanc /Fruit	4 Entrant Salade du jour BIO KCAL 985,43 PROT 28,99g CA 297,15mg FE 4,45mg HDC 109,73g LIP 47,52g Premier Riz à la "cubaine" Deuxième Morue au four aux pois mange-tout sautés Dessert Yaourt Dîner Épi de maïs avec du sel Viande de volaille /Fruit	5 Entrant Salade du jour KCAL 799,10 PROT 42,99g CA 230,83mg FE 10,36mg HDC 88,83g LIP 31,15g Premier Potage de pois chiches aux épinards Deuxième Maigre avec tomate avec poivrons Dessert Fruit Dîner Légumes sautés Poisson sauce citron /Fruit
8 Entrant Férié Deuxième Dessert Dîner	9 Entrant Salade du jour KCAL 747,93 PROT 35,01g CA 176,61mg FE 8,06mg HDC 95,56g LIP 25,68g Premier Lentilles aux légumes Deuxième Merlan bleu fariné avec brocoli BIO Dessert Fruit Dîner Tartine d'houmous Viande rouge maigre /Fruit	10 Entrant Salade du jour BIO KCAL 780,44 PROT 43,70g CA 217,04mg FE 10,05mg HDC 110,77g LIP 27,20g Premier Soupe de pot-au-feu légumes BIO Deuxième Pot-au-feu complet Dessert Fruit BIO Dîner Épinards sautés Poisson en papillote /Fruit	11 Entrant Houmous de panais KCAL 868,71 PROT 42,98g CA 325,10mg FE 9,73mg HDC 94,57g LIP 34,89g Premier Riz au four (pois chiches, côtes levées, pommes de terre et tomates) Deuxième Merlu aux herbes de provence avec petits pois Dessert Yaourt Dîner Chips de patate douce Hamburger de soja /Fruit	12 Entrant Salade du jour BIO KCAL 723,51 PROT 32,99g CA 177,88mg FE 7,22mg HDC 82,39g LIP 31,46g Premier Crème Dubarry (chou-fleur et haricots) avec croûtons de pain complet Deuxième Filet de porc au four avec cous cous Dessert Fruit Dîner Pommes de terre cuites Poisson bleu /Fruit
15 Entrant Salade du jour KCAL 717,80 PROT 30,76g CA 350,51mg FE 4,90mg HDC 96,55g LIP 24,94g Premier Macaronis au piémontais Deuxième Moure à la mousseline d'ail avec des carotte Dessert Fruit Dîner soupe de quinoa Viande de volaille /Fruit	16 Entrant Salade du jour KCAL 889,59 PROT 35,10g CA 151,83mg FE 5,95mg HDC 96,86g LIP 40,60g Premier Lentilles aux légumes et patate douce ECO Deuxième Saucisses sauce tomate avec poivrons Dessert Fruit Dîner Wok aux légumes Poisson blanc /Fruit	17 Entrant Salade de choux KCAL 771,36 PROT 23,57g CA 173,92mg FE 5,95mg HDC 124,79g LIP 19,61g Premier Riz crémeux au poisson-lotte et au chou-fleur Deuxième Omelette de pommes de terre aux légumes sautés Dessert Fruit BIO Dîner Ciboulette et poivron rouge grillé Viande maigre de porc /Fruit	18 Entrant Salade du jour BIO KCAL 844,44 PROT 37,99g CA 316,28mg FE 7,02mg HDC 82,78g LIP 39,93g Premier Crème de pois chiches et de potiron rôti avec croûtons de pain complet Deuxième Poulet rôti au four avec épi de maïs (Enfants : maïs sauté) Dessert Yaourt Dîner Potiron et pomme de terre au micro-ondes Poisson blanc /Fruit	19 Entrant MENU SPÉCIAL DE NOËL Deuxième Dessert Dîner
Entrante Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrante Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrante Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrante Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrante Premier Deuxième Dessert Dîner
Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner

DICIEMBRE 2025

MENÚ PRIMARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera, Persimon y Mandarina

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



APIO



CACAHUETES



FRUTOS DE CÁSCARA



SÉSAMO



CRUSTÁCEOS



HUEVO



GLUTEN



PESCADO



SOJA



MOLUSCOS



LÁCTEOS



SULFITOS



ALUMINIOS



MOSTAZA

Avda. 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

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiaquía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará por íntegro un día o la semana.

1 Ensalada de verduras de temporada KCAL 779,75 PROT 30,60g CA 205,80mg FE 5,14mg HDC 129,27g LIP 34,58g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de verduras de temporada Espaguetis a la italiana Merluza a la provenzal con alcachofas Fruta Crema de calabacín Carne blanca /Fruta	2 Ensalada de verduras de temporada KCAL 893,77 PROT 35,04g CA 355,79mg FE 8,66mg HDC 110,00g LIP 34,76g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de verduras de temporada Habichuelas con chorizo Quesadilla de jamón york y queso con pisto Fruta Cous cous con especias Tortilla de patata y cebolla /Fruta	3 Ensalada fresca ecológica KCAL 802,48 PROT 41,59g CA 143,66mg FE 6,28mg HDC 110,82g LIP 32,19g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada fresca ecológica Sopa de ave con verduras ecológicas Pollo a l'ast con patatas asadas al pimentón Fruta ECO Judías verdes salteadas Pescado blanco /Fruta	4 Ensalada fresca ecológica KCAL 985,43 PROT 28,99g CA 297,15mg FE 4,45mg HDC 109,73g LIP 47,52g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada fresca ecológica Arroz a la cubana (tomate y huevo) Buñuelos de bacalao con tirabeques salteados Yogur Mazorca de maíz con sal Carne de ave /Fruta	5 Ensalada de verduras de temporada KCAL 799,10 PROT 42,99g CA 230,83mg FE 10,36mg HDC 88,83g LIP 31,15g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de verduras de temporada Potaje de garbanzos con espinacas Magro con tomate con pimientos Fruta Menestra salteada Pescado al limón /Fruta
8 Festivo KCAL 717,80 PROT 30,76g CA 350,51mg FE 4,90mg HDC 96,55g LIP 24,94g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Festivo	9 Ensalada de verduras de temporada KCAL 889,59 PROT 35,10g CA 151,83mg FE 9,50mg HDC 96,86g LIP 40,60g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de verduras de temporada Lentejas a la hortelana Bacaladilla enharinada con brócoli ECO Fruta Tosta de hummus Carne roja magra /Fruta	10 Ensalada fresca ecológica KCAL 780,44 PROT 43,70g CA 217,04mg FE 10,05mg HDC 110,77g LIP 27,20g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada fresca ecológica Sopa de cocido con verduras ECO Cocido completo Fruta ECO Espinacas salteadas Pescado al papillote /Fruta	11 Hummus de chirivía KCAL 868,71 PROT 42,98g CA 325,10mg FE 9,73mg HDC 94,57g LIP 34,89g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Hummus de chirivía Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) Merluza a la provenzal con guisantes Yogur Chips de boniato al horno Hamburguesa de soja /Fruta	12 Ensalada fresca ecológica KCAL 723,51 PROT 32,99g CA 177,88mg FE 7,22mg HDC 82,39g LIP 31,46g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada fresca ecológica Crema dubarry (coliflor y alubias) con tostones integrales Solomillo al horno con cous cous Fruta Patatas cocidas Pescado azul /Fruta
15 Ensalada de verduras de temporada KCAL 717,80 PROT 30,76g CA 350,51mg FE 4,90mg HDC 96,55g LIP 24,94g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de verduras de temporada Caracolas a la piamontesa Abadejo con muselina de ajo con zanahoria Fruta Sopa de quinoa Carne de ave /Fruta	16 Ensalada de verduras de temporada KCAL 889,59 PROT 35,10g CA 151,83mg FE 9,50mg HDC 96,86g LIP 40,60g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de verduras de temporada Lentejas con verduras y boniato P/ECO Longanizas con tomate frito con pimientos Fruta Wok de verduras Pescado blanco /Fruta	17 Ensalada de col KCAL 771,36 PROT 23,57g CA 173,92mg FE 5,95mg HDC 124,79g LIP 19,61g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada de col Arroz meloso de rape y coliflor Tortilla de patata con salteado de verduras Fruta ECO Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne magra de cerdo /Fruta	18 Ensalada fresca ecológica KCAL 844,44 PROT 37,99g CA 316,28mg FE 7,02mg HDC 82,78g LIP 39,93g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada fresca ecológica Crema de garbanzos y calabaza asada con tostones integrales Pollo asado con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado) Yogur Calabaza y patata al microondas Pescado blanco /Fruta	19 MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD KCAL 844,44 PROT 37,99g CA 316,28mg FE 7,02mg HDC 82,78g LIP 39,93g Entrante Primer Segund Postre Cena Entrante Primer Segund Postre Cena MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD
Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena
Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena	Entrante Primer Segundo Postre Cena