

## JANVIER 2025 MENU PRIMAIRE

**FRUITS DE SAISON:**  
Banane, Pomme, Poire, Kaki et Tangerine

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

### VALEUR DIFFÉRENCIANTE



### ALÉRGENOS



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

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.

Des informations sur les allergènes sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Du pain complet sera distribué un jour par semaine.

Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
CA	CA
FE	FE
HDC	HDC
LIP	LIP
Dessert	
Diner	

Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
CA	CA
FE	FE
HDC	HDC
LIP	LIP
Dessert	
Diner	

1 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Férié	CA
FE	FE
HDC	HDC
LIP	LIP
Dessert	
Diner	

2 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Férié	CA
FE	FE
HDC	HDC
LIP	LIP
Dessert	
Diner	

3 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Férié	CA
FE	FE
HDC	HDC
LIP	LIP
Dessert	
Diner	

6 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Férié	CA
FE	FE
HDC	HDC
LIP	LIP
Dessert	
Diner	

7 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Macaroni de blé entier au thon et tomate	CA
Suprême de Merlu avec brocoli	FE
Fruit	HDC
Courgettes grillées	LIP
Viande blanche maigre /Fruit	

8 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Crème de betterave et chou-fleur	CA
Poulet au four avec pommes de terre rôties tex-mex	FE
Fruit	HDC
Brochette de légumes	LIP
Poisson sauce citron /Fruit	

9 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Houmous de pois chiches et tomates séchées avec des "picos"	CA
Riz au secret et potiron	FE
Omelette française avec fromage frais	HDC
Fruits et produits laitiers	LIP
Petits pois à l'oignon et au jambon	
Viande de volaille /Fruit	

10 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
JOURNÉE VERTE	CA
Salade du jour BIO	FE
Lentilles aux légumes bio	HDC
Boulettes de viande mélangées avec petits noeuds	LIP
Fruit BIO	
Légumes sautés	
Oeuf /Fruit	

13 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade fraîche de saison aux fruits	CA
Crème Dubarry (chou-fleur et haricots)	FE
Omelette espagnole et jambon serrano	HDC
Fruits et produits laitiers	LIP
Petits légumes à l'étuvée avec du poulet	
Poisson blanc /Fruit	

14 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade fraîche de saison à la batavia	CA
Fideua de légumes, champignons et soja texturisée	FE
Calamars recouverts de farine maison avec sauce tartare	HDC
Fruit	LIP
Légumes grillés	
Viande blanche maigre /Fruit	

15 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour BIO	CA
Pois chiches aux légumes	FE
avec cous cous	HDC
Fruit BIO	LIP
Wok aux légumes	
Omelette aux pommes de terre et poivrons	

16 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour	CA
Pot de soupe	FE
Croquette avec des pommes de terre	HDC
Fruits et produits laitiers	LIP
Tartine d'houmous	
Poisson bleu /Fruit	

17 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour BIO	CA
Riz à la "cubaine"	FE
Colin grillé avec carotte vapeur	HDC
Fruit	LIP
Aubergine gratinée au four	
Viande rouge maigre /Fruit	

20 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade de chou	CA
Spaghetti à la bolognaise	FE
Lactone de morue	HDC
Fruits et produits laitiers	LIP
Couscous aux épices	
Viande de volaille /Fruit	

21 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour	CA
PIZZA	FE
Soupe aux légumes	HDC
Fruit BIO	LIP
Soupe julienne	
Poisson blanc /Fruit	

22 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour BIO	CA
Riz Aux Blettes	FE
Merlan fariné avec mayonnaise aux agrumes	HDC
Fruit BIO	LIP
Pommes de terre cuites	
Oeuf /Fruit	

23 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour BIO	CA
Soupe de pot-au-feu légumes BIO	FE
Taboule	HDC
Fruits et produits laitiers	LIP
Courgettes grillées	
Poisson sauce citron /Fruit	

24 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
JOURNÉE VERTE	CA
Chips de betterave	FE
"Olette alicantina" (légumes secs, légumes frais, riz, pomme de terre)	HDC
"Tortilla" au fromage au jambon serrano	LIP
Fruit	
Épinards sautés	
Viande blanche /Fruit	

27 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
JOURNÉE VERTE	CA
Salade du jour	FE
Compote de lentilles aux légumes de saison	HDC
Poulet rôti avec pistou	LIP
Fruits et produits laitiers	
Escalivada	
Viande de volaille /Fruit	

28 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour BIO	CA
Soupe "la fête des légumes BIO"	FE
Goulash maigre avec du riz	HDC
Fruit	LIP
Légumes sautés avec du riz	
Poisson blanc /Fruit	

29 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour	CA
Nouilles à la napolitaine	FE
Crunch de thon avec des légumes thaïlandais	HDC
Yaourt valencien	LIP
Toast de légumes gratiné	
Viande blanche /Fruit	

30 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Houmous au pois-chiches	CA
Paella	FE
Échine de porc à la plancha avec des légumes	HDC
Dessert maison	LIP
Épi de maïs avec du sel	
Oeufs brouillés à l'ail /Fruit	

31 Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Salade du jour BIO	CA
Compote de pommes de terre et légumes de saison avec purée	FE
Saucisses aux fèves	HDC
Fruit	LIP
Chips de patate douce	
Poisson blanc /Fruit	

## ENERO 2025 MENÚ PRIMARIA

**FRUTAS DE TEMPORADA:**  
Banana, Manzana, Pera, Persimón 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

- APRO
- CAZAHUETES
- FRUTOS DE CÁSCARA
- SÉSAMO
- CRUSTÁCEOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCADO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUELTOS
- ALIBAMUJES
- 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 desea para integrar un día a la semana.

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

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

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

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

6 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

7 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

8 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

9 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

10 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

13 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

14 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

15 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

16 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

17 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

20 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

21 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

22 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

23 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

24 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

27 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

28 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

29 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

30 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

31 Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP