

## FÉVRIER 2025 MENU ENFANT

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

**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 allergies sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Du pain complet sera distribué un jour par semaine.

3	Entrant	Salade de choux	KCAL 796,67 PROT 25,51g CA 286,89mg FE 5,80mg HDC 99,20g LIP 32,69g
	Premier	Riz au four	CA 286,89mg FE 5,80mg HDC 99,20g LIP 32,69g
	Deuxième	Caprice de calamar	HDC 99,20g LIP 32,69g
	Dessert	Fruits et produits laitiers	LIP 32,69g
	Dîner	Ciboulette et poivron rouge grillé Viande blanche maigre /Fruit	

4	Entrant	Salade du jour BIO	KCAL 710,58 PROT 37,87g CA 226,93mg FE 3,99mg HDC 96,89g LIP 19,14g
	Premier	Cuisse désossée avec pommes de terre rôties	CA 226,93mg FE 3,99mg HDC 96,89g LIP 19,14g
	Deuxième	Fruit	HDC 96,89g LIP 19,14g
	Dessert	Escalivada	LIP 19,14g
	Dîner	Poisson sauce citron /Fruit	

5	Entrant	Salade aux pommes et légumes	KCAL 795,83 PROT 32,74g CA 490,43mg FE 5,68mg HDC 101,98g LIP 42,00g
	Premier	Crème de poireaux	CA 490,43mg FE 5,68mg HDC 101,98g LIP 42,00g
	Deuxième	Pâtes bolognaise (porc, veau, oignon, tomate, fromage) avec fromage	HDC 101,98g LIP 42,00g
	Dessert	Fruit	LIP 42,00g
	Dîner	Épinards sautés Omelette de courgettes à l'avocat /Fruit	

6	Entrant	Salade du jour	KCAL 843,90 PROT 40,16g CA 366,51mg FE 4,91mg HDC 105,36g LIP 29,27g
	Premier	Lentilles du jardin aux abricots secs	CA 366,51mg FE 4,91mg HDC 105,36g LIP 29,27g
	Deuxième	"Tortilla de patata" avec fromage frais	HDC 105,36g LIP 29,27g
	Dessert	Fruits et produits laitiers	LIP 29,27g
	Dîner	Tajine de légumes Brochette de dinde /Fruit	

7	Entrant	Salade du jour	KCAL 664,22 PROT 28,00g CA 314,99mg FE 4,91mg HDC 101,41g LIP 32,16g
	Premier	Spaghetti à la napolitaine	CA 314,99mg FE 4,91mg HDC 101,41g LIP 32,16g
	Deuxième	Morue au citron avec pays sauté	HDC 101,41g LIP 32,16g
	Dessert	Fruit	LIP 32,16g
	Dîner	Wok aux légumes Sandwich végétal /Fruit	

10	Entrant	Salade du jour BIO	KCAL 879,72 PROT 49,79g CA 314,27mg FE 8,79mg HDC 105,96g LIP 33,41g
	Premier	Soupe cuite	CA 314,27mg FE 8,79mg HDC 105,96g LIP 33,41g
	Deuxième	Goulash de dinde avec des carottes	HDC 105,96g LIP 33,41g
	Dessert	Fruits et produits laitiers	LIP 33,41g
	Dîner	Épi de maïs avec du sel Poisson en papillote /Fruit	

11	Entrant	Laitue, carotte, tomate et asperge	KCAL 599,33 PROT 23,59g CA 230,89mg FE 3,09mg HDC 81,46g LIP 19,78g
	Premier	PIZZA	CA 230,89mg FE 3,09mg HDC 81,46g LIP 19,78g
	Deuxième	Soupe aux légumes	HDC 81,46g LIP 19,78g
	Dessert	Fruit	LIP 19,78g
	Dîner	Salade complète Aubergines Farcies Au Soja Texturé /Fruit	

12	Entrant	Laitue, tomate, olives, maïs, carotte	KCAL 870,58 PROT 35,57g CA 167,93mg FE 5,55mg HDC 103,63g LIP 25,12g
	Premier	Riz "a banda"	CA 167,93mg FE 5,55mg HDC 103,63g LIP 25,12g
	Deuxième	Surlonge sauce aux prunes et pommes de terre rôties au romarin	HDC 103,63g LIP 25,12g
	Dessert	Fruit	LIP 25,12g
	Dîner	Blettes sautées Oeufs brouillés à l'ail /Fruit	

13	Entrant	Laitue, maïs, tomate, oignon, fromage valencien au torchon	KCAL 701,61 PROT 35,15g CA 246,51mg FE 4,31mg HDC 118,04g LIP 28,11g
	Premier	Nouilles en cocotte avec champignons	CA 246,51mg FE 4,31mg HDC 118,04g LIP 28,11g
	Deuxième	Doigts de poisson avec poivrons	HDC 118,04g LIP 28,11g
	Dessert	Fruits et produits laitiers	LIP 28,11g
	Dîner	Potiron et pomme de terre au micro-ondes Viande blanche maigre /Fruit	

14	Entrant	Laitue, tomate, asperges, poivron, carotte, thon	KCAL 549,87 PROT 20,54g CA 96,82mg FE 3,21mg HDC 61,21g LIP 25,45g
	Premier	Crème de brocoli et carotte	CA 96,82mg FE 3,21mg HDC 61,21g LIP 25,45g
	Deuxième	Poulet désossé avec maïs sauté	HDC 61,21g LIP 25,45g
	Dessert	Fruit	LIP 25,45g
	Dîner	Toast de légumes gratiné Poisson blanc /Fruit	

17	Entrant	Salade du jour BIO	KCAL 930,37 PROT 81,80g CA 521,12mg FE 13,40mg HDC 108,10g LIP 71,94g
	Premier	Cassoulet végétal	CA 521,12mg FE 13,40mg HDC 108,10g LIP 71,94g
	Deuxième	Piadina (tomate, roquette, origan et fromage) et chips	HDC 108,10g LIP 71,94g
	Dessert	Fruits et produits laitiers	LIP 71,94g
	Dîner	Brocoli cuit à la vapeur Croquettes de légumes maison /Fruit	

18	Entrant	Laitue, tomate, oignon, concombre, carotte	KCAL 942,17 PROT 37,92g CA 225,99mg FE 4,68mg HDC 133,65g LIP 28,96g
	Premier	Riz au potiron, côtes levées et artichauts frais	CA 225,99mg FE 4,68mg HDC 133,65g LIP 28,96g
	Deuxième	Coq San Pedro à la marinera avec dés de carottes	HDC 133,65g LIP 28,96g
	Dessert	Fruit	LIP 28,96g
	Dîner	Légumes grillés Viande de volaille /Fruit	

19	Entrant	Salade du jour	KCAL 836,29 PROT 35,01g CA 128,37mg FE 8,01mg HDC 87,01g LIP 38,76g
	Premier	Ragoût de lentilles avec jambon	CA 128,37mg FE 8,01mg HDC 87,01g LIP 38,76g
	Deuxième	Boulettes marocaines avec des pommes de terre	HDC 87,01g LIP 38,76g
	Dessert	Fruit	LIP 38,76g
	Dîner	Soupe de courgette Poisson sauce citron /Fruit	

20	Entrant	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

21	Entrant	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

24	Entrante	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

25	Entrante	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

26	Entrante	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

27	Entrante	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

28	Entrante	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

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

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

31	Entrant	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

32	Entrant	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

33	Entrant	Férié	KCAL PROT CA FE HDC LIP
	Premier	Férié	CA FE HDC LIP
	Deuxième	Férié	HDC LIP
	Dessert	Férié	LIP
	Dîner	Férié	

## FEBRERO 2025 MENÚ INFANTIL

**FRUTAS DE TEMPORADA:**  
Banana, Manzana, Pera, Fresa y Naranja

**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
- ORUSTÁCIOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCAO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUFREOS
- ALTRAMUJES
- 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 integrado un día a la semana.

**3**

Ensalada de col

KCAL 796,67  
PROT 25,51g  
CA 286,89mg  
FE 5,80mg  
HDC 99,20g  
LIP 32,69g

Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)

Capricho de calamar con salsa de tomate y cebolla

Fruta y lácteo

Cebolleta y pimiento rojo plancha

Carne blanca magra /Fruta

**4**

Ensalada fresca ecológica

KCAL 710,58  
PROT 37,87g  
CA 226,39mg  
FE 9,39mg  
HDC 96,89g  
LIP 19,14g

Garbanzos con calabaza y boniato

Contramuslo deshuesado con patatas asadas

Fruta

Escalivada

Pescado al limón /Fruta

**5**

Ensalada con manzana y vegetales

KCAL 795,83  
PROT 32,74g  
CA 490,43mg  
FE 5,68mg  
HDC 101,98g  
LIP 42,00g

Crema de puerros

Caracolas a la boloñesa con tomate y queso con queso

Fruta

Espinacas salteadas

Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta

**6**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL 843,90  
PROT 40,16g  
CA 366,51mg  
FE 10,08mg  
HDC 105,26g  
LIP 29,27g

Lentejas a la jardinera con orejones

Tortilla de patata con queso fresco

Fruta y lácteo

Tajín de Verduras

Brochetas de pavo /Fruta

**7**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL 664,22  
PROT 28,00g  
CA 314,99mg  
FE 4,91mg  
HDC 101,41g  
LIP 32,16g

Espaguetis a la napolitana

Bacalao al limón con salteado campestre

Fruta

Wok de verduras

Sandwich vegetal /Fruta

**10**

Ensalada fresca ecológica

KCAL 879,72  
PROT 49,79g  
CA 314,27mg  
FE 8,79mg  
HDC 105,96g  
LIP 33,41g

Sopa de cocido

Goulash de pavo con zanahoria

Fruta y lácteo

Mazorca de maíz con sal

Pescado al papillote /Fruta

**11**

Lechuga, zanahoria, tomate y espárragos

KCAL 599,33  
PROT 23,59g  
CA 230,89mg  
FE 3,09mg  
HDC 81,46g  
LIP 19,78g

PIZZERO

Crema de verduras de temporada

Fruta

Ensalada completa

Berenjena rellena de soja texturizada /Fruta

**12**

Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria

KCAL 780,58  
PROT 35,57g  
CA 167,93mg  
FE 5,55mg  
HDC 103,63g  
LIP 25,12g

Arroz a banda

Solomillo en salsa de ciruelas y patatas asadas al romero

Fruta

Acelgas salteadas

Revuelto de ajos tiernos /Fruta

**13**

Lechuga, maíz, tomate, cebolla, queso valenciano

KCAL 701,61  
PROT 35,15g  
CA 246,51mg  
FE 4,31mg  
HDC 118,04g  
LIP 28,11g

Fideos a la cazuela con boletus

Fingers de pescado con pimientos

Fruta y lácteo

Calabaza y patata al microondas

Carne blanca magra /Fruta

**14**

Lechuga, tomate, espárragos, pimiento, zanahoria, atún

KCAL 549,87  
PROT 20,54g  
CA 96,82mg  
FE 3,21mg  
HDC 61,21g  
LIP 25,45g

Crema de brócoli y zanahoria

Pollo deshuesado con maíz salteado

Fruta

Tosta de verduras gratinadas

Pescado blanco /Fruta

**17**

Ensalada fresca ecológica

KCAL 930,37  
PROT 81,80g  
CA 521,12mg  
FE 13,40mg  
HDC 108,10g  
LIP 71,94g

Fabada vegetal

Piadinna (tomate, rúcula, orégano y queso) y chips

Fruta y lácteo

Brócoli al vapor

Croquetas caseras de legumbres /Fruta

**18**

Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria

KCAL 942,17  
PROT 37,92g  
CA 225,99mg  
FE 4,68mg  
HDC 133,65g  
LIP 28,96g

Arroz con calabaza, costillas y alcachofas frescas

Gallo San Pedro a la marinera con dados de zanahoria

Fruta

Parrillada de verduras

Carne de ave /Fruta

**19**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL 836,29  
PROT 35,01g  
CA 128,37mg  
FE 87,01g  
HDC 87,01g  
LIP 38,76g

Lentejas estofadas con jamón

Albóndigas estilo marroquí con patatas

Fruta

Crema de calabacín

Pescado al limón /Fruta

**20**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**21**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**24**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**25**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**26**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**27**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**28**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**29**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**30**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**31**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**32**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo

**33**

Ensalada de verduras de temporada

KCAL

PROT

CA

FE

HDC

LIP

Festivo