

FÉVRIER 2025 MENU SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:
Banane, Pomme, Poire, Fraise 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

ALÉRGENOS

CÉLÉRI

CACAHUËTES

FRUITS SECS

SÉSAME

OLIVASTACS

OEUF

GLUTEN

POISSON

SOJA

MOLLUSQUES

PROD. LAITIERS

SULFITES

LUPINS

MOUTARDE

<p>3</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 824,80 PROT 26,51g CA 290,62mg FE 6,10mg HDC 96,45g LIP 36,42g</p> <p>Premier</p> <p>Riz au four</p> <p>Calamars farinés</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Ciboulette et poivron rouge grillé</p> <p>Dîner</p> <p>Viande blanche maigre /Fruit</p>	<p>4</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 948,92 PROT 51,03g CA 433,51mg FE 10,83mg HDC 117,49g LIP 30,49g</p> <p>Premier</p> <p>Cuisses de poulet à l'italienne avec pommes de terre rôties</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Escalivada</p> <p>Dîner</p> <p>Poisson sauce citron /Fruit</p>	<p>5</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 986,58 PROT 40,53g CA 471,72mg FE 9,97mg HDC 149,07g LIP 38,04g</p> <p>Premier</p> <p>Crème de poireaux</p> <p>Deuxième</p> <p>Lasagne faite maison avec houmous de pois chiches avec pointes</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Épinards sautés</p> <p>Dîner</p> <p>Omelette de courgettes à l'avocat /Fruit</p>	<p>6</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 822,95 PROT 39,98g CA 361,32mg FE 10,01mg HDC 104,88g LIP 27,23g</p> <p>Premier</p> <p>Lentilles du jardin aux abricots secs</p> <p>Deuxième</p> <p>"Tortilla de patata" avec fromage frais</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Tajine de légumes</p> <p>Dîner</p> <p>Brochette de dinde /Fruit</p>	<p>7</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 730,68 PROT 29,12g CA 456,26mg FE 4,06mg HDC 87,80g LIP 40,24g</p> <p>Premier</p> <p>Spaghetti à la carbonara</p> <p>Deuxième</p> <p>Morue au citron avec pays sauté</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Wok aux légumes</p> <p>Dîner</p> <p>Sandwich végétal /Fruit</p>
<p>10</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 742,09 PROT 49,38g CA 272,41mg FE 7,18mg HDC 64,57g LIP 37,55g</p> <p>Premier</p> <p>Soupe cuite</p> <p>Deuxième</p> <p>Curry de dinde avec des carottes</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Épi de maïs avec du sel</p> <p>Dîner</p> <p>Poisson en papillote /Fruit</p>	<p>11</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 664,83 PROT 26,95g CA 362,07mg FE 3,19mg HDC 83,05g LIP 24,44g</p> <p>Premier</p> <p>PIZZA</p> <p>Deuxième</p> <p>Soupe aux légumes</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Salade complète</p> <p>Dîner</p> <p>Aubergines Farcies Au Soja Texturé /Fruit</p>	<p>12</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 831,50 PROT 38,94g CA 294,93mg FE 5,52mg HDC 103,71g LIP 28,85g</p> <p>Premier</p> <p>Riz "a banda"</p> <p>Deuxième</p> <p>Surlonge sauce aux prunes et pommes de terre rôties au romarin</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Blettes sautées</p> <p>Dîner</p> <p>Oeufs brouillés à l'ail /Fruit</p>	<p>13</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 808,28 PROT 37,91g CA 239,17mg FE 5,04mg HDC 118,47g LIP 38,66g</p> <p>Premier</p> <p>Nouilles en cocotte avec champignons</p> <p>Deuxième</p> <p>Anchois tempura avec sauce tartare maison et poivrons</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Potiron et pomme de terre au micro-ondes</p> <p>Dîner</p> <p>Viande blanche maigre /Fruit</p>	<p>14</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 710,54 PROT 34,02g CA 253,31mg FE 4,30mg HDC 74,51g LIP 31,10g</p> <p>Premier</p> <p>Crème de brocoli et carotte</p> <p>Deuxième</p> <p>Poulet au miel avec épis de maïs</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Toast de légumes gratiné</p> <p>Dîner</p> <p>Poisson blanc /Fruit</p>
<p>17</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 913,73 PROT 81,33g CA 511,66mg FE 13,08mg HDC 105,59g LIP 71,35g</p> <p>Premier</p> <p>Cassoulet végétal</p> <p>Deuxième</p> <p>Piadina (tomate, roquette, origan et fromage) et chips</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Brocoli cuit à la vapeur</p> <p>Dîner</p> <p>Croquettes de légumes maison /Fruit</p>	<p>18</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 1007,63 PROT 41,33g CA 357,54mg FE 4,75mg HDC 135,16g LIP 33,64g</p> <p>Premier</p> <p>Riz au potiron, côtes levées et artichauts frais</p> <p>Deuxième</p> <p>Coq San Pedro à la marinera avec dés de carottes</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Légumes grillés</p> <p>Dîner</p> <p>Viande de volaille /Fruit</p>	<p>19</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL 864,23 PROT 38,15g CA 243,67mg FE 7,84mg HDC 87,51g LIP 39,84g</p> <p>Premier</p> <p>Ragoût de lentilles avec jambon</p> <p>Deuxième</p> <p>Boulettes marocaines avec des pommes de terre</p> <p>Deuxième</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Dessert</p> <p>Soupe de courgette</p> <p>Dîner</p> <p>Poisson sauce citron /Fruit</p>	<p>20</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>21</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>
<p>24</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>25</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>26</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>27</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>28</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>
<p>29</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>30</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>31</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>32</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>	<p>33</p> <p>Entrant</p> <p>Buffet de salade</p> <p>KCAL</p> <p>Premier</p> <p>Féried</p> <p>Deuxième</p> <p>Féried</p> <p>Dessert</p> <p>Féried</p> <p>Dîner</p> <p>Féried</p>

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.

FEBRERO 2025 MENÚ SECUNDARIA

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
- PESCADO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUFRETES
- 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 debe poner atención un día a la semana.

3 Buffet de ensaladas
KCAL 824,80
PROT 26,51g
CA 290,62mg
FE 6,10mg
HDC 96,45g
LIP 36,42g

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

Primer: Rabas enharinadas con salsa de tomate y cebolla

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Cebolleta y pimiento rojo plancha

Cena: Carne blanca magra /Fruta

4 Buffet de ensaladas
KCAL 948,92
PROT 51,03g
CA 433,51mg
FE 10,83mg
HDC 117,49g
LIP 30,49g

Entrante: Garbanzos con calabaza y boniato

Primer: Contramuslo a la italiana con patatas asadas

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Escalivada

Cena: Pescado al limón /Fruta

5 Buffet de ensaladas
KCAL 986,58
PROT 40,53g
CA 471,72mg
FE 9,97mg
HDC 149,07g
LIP 38,04g

Entrante: Crema de puerros

Primer: Lasaña casera (magro, verdura, leche, harina, queso) con hummus de garbanzos con picos

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Espinacas salteadas

Cena: Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta

6 Buffet de ensaladas
KCAL 822,95
PROT 39,98g
CA 361,32mg
FE 10,01mg
HDC 104,88g
LIP 27,23g

Entrante: Lentejas a la jardinera con orejones

Primer: Tortilla de patata con queso fresco

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Tajin de Verduras

Cena: Brochetas de pavo /Fruta

7 Buffet de ensaladas
KCAL 730,68
PROT 29,12g
CA 456,26mg
FE 4,06mg
HDC 87,80g
LIP 40,24g

Entrante: Espaguetis a la carbonara

Primer: Bacalao al limón con salteado campestre

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Wok de verduras

Cena: Sandwich vegetal /Fruta

10 Buffet de ensaladas
KCAL 742,09
PROT 49,38g
CA 272,41mg
FE 7,18mg
HDC 64,57g
LIP 37,55g

Entrante: Sopa de cocido

Primer: Pavo al curry con zanahoria

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Mazorca de maíz con sal

Cena: Pescado al papillote /Fruta

11 Buffet de ensaladas
KCAL 664,83
PROT 26,95g
CA 362,07mg
FE 3,19mg
HDC 83,05g
LIP 24,44g

Entrante: PIZZERO

Primer: Crema de verduras de temporada

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Ensalada completa

Cena: Berenjena rellena de soja texturizada /Fruta

12 Buffet de ensaladas
KCAL 831,50
PROT 38,94g
CA 294,93mg
FE 5,04mg
HDC 103,71g
LIP 28,85g

Entrante: Arroz a banda

Primer: Solomillo en salsa de ciruelas y patatas asadas al romero

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Acelgas salteadas

Cena: Revuelto de ajos tiernos /Fruta

13 Buffet de ensaladas
KCAL 808,28
PROT 37,91g
CA 239,17mg
FE 5,04mg
HDC 118,47g
LIP 38,66g

Entrante: Fideos a la cazuela con boletus

Primer: Boquerones en tempura con salsa tártara casera y pimientos

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Calabaza y patata al microondas

Cena: Carne blanca magra /Fruta

14 Buffet de ensaladas
KCAL 710,54
PROT 34,02g
CA 253,31mg
FE 4,30mg
HDC 74,51g
LIP 31,10g

Entrante: Crema de brócoli y zanahoria

Primer: Pollo a la miel con mazorca de maíz

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Tosta de verduras gratinadas

Cena: Pescado blanco /Fruta

17 Buffet de ensaladas
KCAL 913,73
PROT 81,33g
CA 511,66mg
FE 13,08mg
HDC 105,59g
LIP 71,35g

Entrante: Fabada vegetal

Primer: Piadina (tomate, rúcula, orégano y queso) y chips

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Brócoli al vapor

Cena: Croquetas caseras de legumbres /Fruta

18 Buffet de ensaladas
KCAL 1007,63
PROT 41,33g
CA 357,54mg
FE 4,75mg
HDC 135,16g
LIP 33,64g

Entrante: Arroz con calabaza, costillas y alcachofas frescas

Primer: Gallo San Pedro a la marinera con dados de zanahoria

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Parrillada de verduras

Cena: Carne de ave /Fruta

19 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Lentejas estofadas con jamón

Primer: Albóndigas estilo marroquí con patatas

Segundo: Fruta y lácteo

Postre: Crema de calabacín

Cena: Pescado al limón /Fruta

20 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

21 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

24 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

25 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

26 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

27 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

28 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

29 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

30 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

31 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

32 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

33 Buffet de ensaladas
KCAL 864,23
PROT 38,15g
CA 243,67mg
FE 7,84mg
HDC 87,51g
LIP 39,84g

Entrante: Festivo

Primer: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

FÉVRIER 2025 2^a OP SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:
Banane, Pomme, Poire, Fraise et Orange

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

VALEUR DIFFÉRENCIANTE



ALÉRGENOS



Avda. 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

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 Buffet de salade
KCAL 627,42
PROT 35,66g
CA 214,70mg
FE 4,73mg
HDC 48,73g
LIP 31,78g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Crème de courgettes
Maigre en sauce
Fruits et produits laitiers
Ciboulette et poivron rouge grillé
Viande blanche maigre /Fruit

4 Buffet de salade
KCAL 685,19
PROT 27,67g
CA 255,03mg
FE 4,46mg
HDC 80,56g
LIP 41,17g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Nouilles à la carbonara
Omelette de thon avec pommes de terre rôties
Fruits et produits laitiers
Escalivada
Poisson sauce citron /Fruit

5 Buffet de salade
KCAL 882,80
PROT 35,00g
CA 324,09mg
FE 5,87mg
HDC 75,40g
LIP 48,48g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Ragoût de légumes au bacon
Merlu pané (farine) avec houmous de pois chiches avec pointes
Fruits et produits laitiers
Épinards sautés
Omelette de courgettes à l'avocat /Fruit

6 Buffet de salade
KCAL 672,99
PROT 19,34g
CA 258,92mg
FE 5,92mg
HDC 99,31g
LIP 22,31g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Riz asiatique
Wraps aux légumes avec fromage frais
Fruits et produits laitiers
Tajine de légumes
Brochette de dinde /Fruit

7 Buffet de salade
KCAL 655,67
PROT 18,35g
CA 261,08mg
FE 4,67mg
HDC 64,59g
LIP 35,91g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

"Hervido" valencien
Saucisses avec pays sauté
Fruits et produits laitiers
Wok aux légumes
Sandwich végétal /Fruit

10 Buffet de salade
KCAL 744,36
PROT 24,86g
CA 308,49mg
FE 5,99mg
HDC 88,58g
LIP 31,48g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Macaroni complet génoise (Bacon, tomate)
Coq San Pedro à la marinera
Fruits et produits laitiers
Épi de maïs avec du sel
Poisson en papillote /Fruit

11 Buffet de salade
KCAL 420,94
PROT 24,45g
CA 313,73mg
FE 2,75mg
HDC 28,66g
LIP 22,87g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Gratin de chou-fleur
Filet de merlu au four avec des légumes
Fruits et produits laitiers
Salade complète
Aubergines Farcies Au Soja Texturé /Fruit

12 Buffet de salade
KCAL 659,44
PROT 25,94g
CA 513,68mg
FE 9,31mg
HDC 64,31g
LIP 33,12g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Gratin d'épinards
Oeufs brouillés aux légumes et pommes de terre rôties au romarin
Fruits et produits laitiers
Blettes sautées
Oeufs brouillés à l'ail /Fruit

13 Buffet de salade
KCAL 947,06
PROT 59,59g
CA 253,46mg
FE 9,93mg
HDC 91,71g
LIP 37,17g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Petits pois à la française
Côtelette de dinde avec poivrons
Fruits et produits laitiers
Potiron et pomme de terre au micro-ondes
Viande blanche maigre /Fruit

14 Buffet de salade
KCAL 861,77
PROT 28,85g
CA 237,54mg
FE 5,87mg
HDC 112,62g
LIP 32,96g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Riz cantonais
Tortilla de patatas avec épis de maïs
Fruits et produits laitiers
Toast de légumes gratiné
Poisson blanc /Fruit

17 Buffet de salade
KCAL 809,39
PROT 42,95g
CA 382,93mg
FE 8,65mg
HDC 98,50g
LIP 33,45g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Pâtes napolitaines
Merlu à la biscailenne (tomate, poivron) avec chips
Fruits et produits laitiers
Brocoli cuit à la vapeur
Croquettes de légumes maison /Fruit

18 Buffet de salade
KCAL 791,33
PROT 41,42g
CA 336,81mg
FE 8,58mg
HDC 92,20g
LIP 38,71g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Ragout de pomme de terre et seiche
Longe de porc en sauce avec dés de carottes
Fruits et produits laitiers
Légumes grillés
Viande de volaille /Fruit

19 Buffet de salade
KCAL 602,58
PROT 18,73g
CA 273,19mg
FE 2,79mg
HDC 34,51g
LIP 42,29g

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Gratin de chou-fleur
Maquereau Mariné avec des pommes de terre
Fruits et produits laitiers
Soupe de courgette
Poisson sauce citron /Fruit

20 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

21 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

24 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

25 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

26 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

27 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

28 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

Féried

29 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

30 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

31 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

32 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

33 Buffet de salade
KCAL
PROT
CA
FE
HDC
LIP

Entrant
Premier
Deuxième
Dessert
Dîner

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
- CAHALETES
- FRUTOS DE CÁSCARA
- SÉSAMO
- ORUSTÁCIOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCAO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUFRIOS
- 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	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 627,42 PROT 35,66g
	Primer	Crema de calabacín	CA 214,70mg FE 4,73mg
	Segund	Magro en salsa	HDC 48,73g LIP 31,78g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne blanca magra /Fruta	

4	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 685,19 PROT 27,67g
	Primer	Tallarines a la carbonara	CA 255,03mg FE 4,46mg
	Segund	Tortilla de atún con patatas asadas	HDC 80,56g LIP 41,17g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Escalivada Pescado al limón /Fruta	

5	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 882,80 PROT 35,00g
	Primer	Menestra de verduras con bacon	CA 324,09mg FE 5,87mg
	Segund	Merluza rebozada con hummus de garbanzos con picos	HDC 75,40g LIP 48,48g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Espinacas salteadas Tortilla de calabacín con aguacate /Fruta	

6	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 672,99 PROT 19,34g
	Primer	Arroz oriental	CA 258,92mg FE 2,92mg
	Segund	Wrap de verduras con queso fresco	HDC 99,31g LIP 22,31g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Tajin de Verduras Brochetas de pavo /Fruta	

7	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 655,67 PROT 18,35g
	Primer	Hervido valenciano	CA 261,08mg FE 4,67mg
	Segund	Longanizas con salteado campestre	HDC 64,59g LIP 35,91g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Wok de verduras Sandwich vegetal /Fruta	

10	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 744,36 PROT 24,86g
	Primer	Macarrones integrales genovesa (bacon, tomate)	CA 308,49mg FE 5,99mg
	Segund	Gallo San Pedro a la marinera	HDC 88,58g LIP 31,48g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Mazorca de maíz con sal Pescado al papillote /Fruta	

11	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 420,94 PROT 24,45g
	Primer	Coliflor gratinada	CA 313,73mg FE 2,75mg
	Segund	Filete de merluza al horno con verduras	HDC 28,66g LIP 22,87g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Ensalada completa Berenjena rellena de soja texturizada /Fruta	

12	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 659,44 PROT 25,94g
	Primer	Espinacas gratinadas	CA 513,68mg FE 9,31mg
	Segund	Revuelto de verduras y patatas asadas al romero	HDC 64,31g LIP 33,12g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Acelgas salteadas Revuelto de ajos tiernos /Fruta	

13	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 947,06 PROT 59,59g
	Primer	Guisantes a la francesa	CA 253,46mg FE 9,93mg
	Segund	Chuletas de pavo con pimientos	HDC 91,71g LIP 37,17g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Calabaza y patata al microondas Carne blanca magra /Fruta	

14	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 861,77 PROT 28,85g
	Primer	Arroz tres delicias	CA 237,54mg FE 23,58mg
	Segund	Tortilla de patata con mazorca de maíz	HDC 112,62g LIP 32,96g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Tosta de verduras gratinadas Pescado blanco /Fruta	

17	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 809,39 PROT 42,95g
	Primer	Espiraletas a la napolitana	CA 382,93mg FE 8,65mg
	Segund	Merluza a la vizcaina (tomate, pimiento) con chips	HDC 98,50g LIP 33,45g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Brócoli al vapor Croquetas caseras de legumbres /Fruta	

18	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 791,33 PROT 41,42g
	Primer	Guisado de patatas con sepia	CA 336,81mg FE 8,58mg
	Segund	Lomo en salsa con dados de zanahoria	HDC 92,20g LIP 38,71g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Parrillada de verduras Carne de ave /Fruta	

19	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL 602,58 PROT 18,73g
	Primer	Coliflor gratinada	CA 273,19mg FE 2,79mg
	Segund	Caballa en escabeche con patatas	HDC 34,51g LIP 42,29g
	Postre	Fruta y lácteo	
	Cena	Crema de calabacín Pescado al limón /Fruta	

20	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

21	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

24	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

25	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

26	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

27	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

28	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP

	Entrante	Festivo	KCAL
	Primer	Festivo	CA
	Segund	Festivo	FE
	Postre	Festivo	HDC
	Cena	Festivo	LIP