

JUIN 2025

MENU PRIMAIRE

FRUITS DE SAISON:

Banane, Prune, Melon,
Nectarine, Ananas, Pastèque

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

ALÉRÉGENOS

CÉLÉRI

CACAHUÏÈTES

FRUITS SECS

SÉSAME

CRUSTACÉS

OÛLF

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.

Des informations sur les allergies sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Ce plan complet sera distribué un jour par semaine.

2 Entrant Salade du jour KCAL 741,28 PROT 35,52g CA 309,40mg FE 7,37mg HDC 82,13g LIP 30,60g Premier Deuxième Dessert Dîner Lentilles façon Rioja (légumes, chorizo) Merlu aux herbes de provence avec brocoli BIO Fruits et produits laitiers Brochette de légumes Viande blanche /Fruit	3 Entrant Salade du jour KCAL 673,47 PROT 27,07g CA 191,50mg FE 5,95mg HDC 115,65g LIP 30,10g Premier Deuxième Dessert Dîner Spaghettis italiens Omelette française avec sauté de légumes thai Fruit Gaspacho Hamburger de soja /Fruit	4 Entrant Salade du jour BIO KCAL 823,17 PROT 45,62g CA 189,48mg FE 8,97mg HDC 89,89g LIP 36,08g Premier Deuxième Dessert Dîner Soupe cuite aux pois chiches et légumes BIO Poulet rôti au four avec des haricots verts Fruit Courgettes grillées Poisson sauce citron /Fruit	5 Entrant Gaspacho de pastèque KCAL 826,29 PROT 29,83g CA 219,71mg FE 5,38mg HDC 72,31g LIP 46,62g Premier Deuxième Dessert Dîner Salade de pommes de terre aux légumes, thon, œuf et olives Saucisses avec samfaina Fruits et produits laitiers Petits pois à l'oignon et au jambon Oeufs brouillés à l'ail /Fruit	6 Entrant Salade du jour BIO KCAL 935,76 PROT 22,05g CA 169,23mg FE 6,27mg HDC 114,16g LIP 47,76g Premier Deuxième Dessert Dîner Riz secret et avocat Calamars farinés avec sauce tartare Fruit Tartine d'houmous Viande de volaille /Fruit
9 Entrant Salade du jour KCAL 795,15 PROT 22,84g CA 254,74mg FE 4,48mg HDC 80,90g LIP 44,73g Premier Deuxième Dessert Dîner Velouté de courgettes, pommes de terre nouvelles et poireaux Ragoût maigre avec cous cous Fruits et produits laitiers Wok aux légumes Poisson bleu /Fruit	10 Entrant Salade du jour KCAL 824,20 PROT 30,06g CA 147,58mg FE 4,94mg HDC 93,08g LIP 36,87g Premier Deuxième Dessert Dîner Riz à la "cubaine" Merlan fariné avec poivrons Fruit Salade complète Viande blanche /Fruit	11 Entrant Salade du jour BIO KCAL 859,10 PROT 40,52g CA 189,68mg FE 11,70mg HDC 117,65g LIP 25,80g Premier Deuxième Dessert Dîner Lentilles Pardine aux légumes BIO Omelette de pommes de terre avec des carottes baby Fruit BIO Tartine à la moutarde, au fromage et à l'avocat Petits légumes à l'étuvée avec du poulet /Fruit	12 Entrant Salmorejo KCAL 832,15 PROT 48,53g CA 284,23mg FE 5,85mg HDC 120,47g LIP 35,95g Premier Deuxième Dessert Dîner Salade de pâtes tricolore (légumes, tomates cerises, thon et oeuf) Lactone de morue avec petits pois Fruits et produits laitiers Légumes grillés Viande maigre de porc /Fruit	13 Entrant Salade fraîche bio aux fruits KCAL 769,82 PROT 44,10g CA 245,69mg FE 6,033mg HDC 106,04g LIP 19,25g Premier Deuxième Dessert Dîner Pois chiches aux légumes Poulet rôti au romarin avec pommes de terre rôties Fruit Aubergine gratinée au four Oeufs sur le plat /Fruit
16 Entrant Salade de laitue et betteraves du Trocadéro KCAL 937,67 PROT 38,74g CA 348,51mg FE 6,23mg HDC 125,09g LIP 33,28g Premier Deuxième Dessert Dîner Macaroni à l'huile d'olive, julienne de légumes Merlu en sauce avec des carotte Fruits et produits laitiers Gaspacho Viande rouge maigre /Fruit	17 Entrant Crème froide de melon BIO KCAL 798,22 PROT 38,02g CA 207,57mg FE 6,78mg HDC 87,77g LIP 32,88g Premier Deuxième Dessert Dîner Salade de pois chiches, légumes et fromage feta Curry de dinde avec pommes de terre Fruit BIO Couscous aux courgettes et oignons Poisson en papillote /Fruit	18 Entrant Salade du jour KCAL 777,30 PROT 32,04g CA 251,03mg FE 7,82mg HDC 125,50g LIP 25,36g Premier Deuxième Dessert Dîner Salade de pois chiches, légumes et fromage feta Curry de dinde avec pommes de terre Fruit BIO Couscous aux courgettes et oignons Poisson en papillote /Fruit	19 Entrant Salade du jour KCAL 1086,62 PROT 28,90g CA 290,46mg FE 4,51mg HDC 102,06g LIP 62,86g Premier Deuxième Dessert Dîner Fideuá de poisson et fruits de mer avec un bouillon de poisson Falafel sauce blanche avec maïs sauté Fruit Chips de patate douce Boulettes de légumes /Fruit	20 Entrant Salade du jour KCAL 870,08 PROT 39,50g CA 248,00mg FE 7,28mg HDC 98,80g LIP 35,48g Premier Deuxième Dessert Dîner Riz Aux Côtes Perche à la lyonnaise avec courgettes grillées Fruits et produits laitiers Champignons gratinés Viande blanche /Fruit
23 Entrant Salade du jour KCAL 948,48 PROT 36,13g CA 585,77mg FE 5,80mg HDC 77,15g LIP 55,33g Premier Deuxième Dessert Dîner Pommes de terre à la riojana au chorizo Omelette au fromage aux pois mange-tout sautés Fruits et produits laitiers Asperges avec jambon Hamburger végétarien avec frites /Fruit	24 Entrant Salade du jour KCAL 875,66 PROT 33,04g CA 299,11mg FE 5,42mg HDC 121,23g LIP 30,70g Premier Deuxième Dessert Dîner Férié Macaroni à la carbonara Lotte à la marinère avec petits pois Fruit Épi de maïs avec du sel Merlu au four avec ratatouille maison /Fruit	25 Entrant Salade du jour KCAL 870,08 PROT 39,50g CA 248,00mg FE 7,28mg HDC 98,80g LIP 35,48g Premier Deuxième Dessert Dîner Crème de lentilles rouges à la pomme rôtie Filet de porc au four avec du riz Fruits et produits laitiers Soupe de légumes Viande blanche /Fruit	26 Entrant Salade du jour KCAL 865,29 PROT 33,50g CA 369,25mg FE 4,57mg HDC 71,07g LIP 49,12g Premier Deuxième Dessert Dîner Crème de lentilles rouges à la pomme rôtie Filet de porc au four avec du riz Fruits et produits laitiers Soupe de légumes Viande blanche /Fruit	27 Entrant Salade du jour KCAL 865,29 PROT 33,50g CA 369,25mg FE 4,57mg HDC 71,07g LIP 49,12g Premier Deuxième Dessert Dîner Panaché de charcuterie Hamburger complet avec des pommes de terre Fruit Endive à l'anchois Crêpes de poulet et épinards /Fruit

JUNIO 2025
MENÚ PRIMARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Ciruela, Melón, Nectarina, Piña, Sandía

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, CACAHUETES, FRUTOS DE CÁSCARA, SÉSAMO, CRUSTÁCEOS, HUEVO, GLUTEN, PESCADO, SOJA, MOLUSCOS, LÁCTEOS, SULFITOS, ALTRAMUZES, 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.

2 Ensalada de verduras de temporada KCAL 741,28 PROT 35,52g CA 309,40mg FE 7,37mg HDC 82,13g LIP 30,60g Entrante Primer Segund Postre Cena Brochetas de verduras Carne blanca /Fruta	3 Ensalada de verduras de temporada KCAL 741,28 PROT 35,52g CA 309,40mg FE 7,37mg HDC 82,13g LIP 30,60g Entrante Primer Segund Postre Cena Gazpacho Hamburguesa de soja /Fruta	4 Ensalada fresca ecológica KCAL 823,17 PROT 45,62g CA 219,71mg FE 5,38mg HDC 72,31g LIP 46,62g Entrante Primer Segund Postre Cena Calabacín a la plancha Pescado al limón /Fruta	5 Gazpacho de sandía KCAL 823,17 PROT 45,62g CA 219,71mg FE 5,38mg HDC 72,31g LIP 46,62g Entrante Primer Segund Postre Cena Guisantes con cebolla y jamón Revuelto de ajos tiernos /Fruta	6 Ensalada fresca ecológica KCAL 935,76 PROT 22,05g CA 169,23mg FE 6,27mg HDC 114,16g LIP 47,76g Entrante Primer Segund Postre Cena Tosta de hummus Carne de ave /Fruta
9 Ensalada de verduras de temporada KCAL 795,15 PROT 22,84g CA 254,74mg FE 4,48mg HDC 80,90g LIP 44,73g Entrante Primer Segund Postre Cena Wok de verduras Pescado azul /Fruta	10 Ensalada de verduras de temporada KCAL 824,20 PROT 30,06g CA 147,58mg FE 4,94mg HDC 93,08g LIP 36,87g Entrante Primer Segund Postre Cena Ensalada completa Carne blanca /Fruta	11 Ensalada fresca ecológica KCAL 859,10 PROT 40,52g CA 189,68mg FE 11,70mg HDC 117,65g LIP 25,80g Entrante Primer Segund Postre Cena Tosta de mostaza, queso y aguacate Verduras estofadas con pollo /Fruta	12 Salmorejo KCAL 832,15 PROT 48,53g CA 284,23mg FE 5,85mg HDC 120,47g LIP 35,95g Entrante Primer Segund Postre Cena Parrillada de verduras Carne magra de cerdo /Fruta	13 Ensalada fresca ecológica con fruta KCAL 769,82 PROT 44,10g CA 245,69mg FE 10,33mg HDC 106,04g LIP 19,25g Entrante Primer Segund Postre Cena Berenjena gratinada al horno Huevos al plato /Fruta
16 Ensalada de lechuga trocadero y remolacha KCAL 937,67 PROT 38,74g CA 348,51mg FE 6,23mg HDC 125,09g LIP 33,28g Entrante Primer Segund Postre Cena Gazpacho Carne roja magra /Fruta	17 Crema fría de melón P/ECO KCAL 798,22 PROT 38,02g CA 207,57mg FE 6,78mg HDC 87,77g LIP 32,88g Entrante Primer Segund Postre Cena Couscous con calabacín y cebolla Pescado al papillote /Fruta	18 Ensalada de verduras de temporada KCAL 1086,62 PROT 32,04g CA 251,03mg FE 7,82mg HDC 125,50g LIP 25,36g Entrante Primer Segund Postre Cena Chips de boniato al horno Albóndigas vegetales /Fruta	19 Ensalada de verduras de temporada KCAL 1086,62 PROT 32,04g CA 251,03mg FE 7,82mg HDC 125,50g LIP 25,36g Entrante Primer Segund Postre Cena Champiñones gratinados Carne blanca /Fruta	20 DÍA BARBACOA KCAL 1086,62 PROT 32,04g CA 251,03mg FE 7,82mg HDC 125,50g LIP 25,36g Entrante Primer Segund Postre Cena DÍA BARBACOA
23 Ensalada de verduras de temporada KCAL 948,48 PROT 36,13g CA 585,77mg FE 5,80mg HDC 77,15g LIP 55,33g Entrante Primer Segund Postre Cena Espárragos con jamón Hamburguesa vegetal con patatas /Fruta	24 Festivo KCAL 948,48 PROT 36,13g CA 585,77mg FE 5,80mg HDC 77,15g LIP 55,33g Entrante Primer Segund Postre Cena Festivo	25 Ensalada de verduras de temporada KCAL 875,66 PROT 33,04g CA 299,11mg FE 5,42mg HDC 121,23g LIP 30,70g Entrante Primer Segund Postre Cena Mazorca de maíz con sal Merluza al horno con pisto casero /Fruta	26 Ensalada de verduras de temporada KCAL 870,08 PROT 39,50g CA 248,00mg FE 7,28mg HDC 98,80g LIP 35,48g Entrante Primer Segund Postre Cena Caldo de verduras Carne blanca /Fruta	27 Ensalada de verduras de temporada KCAL 865,29 PROT 33,50g CA 369,25mg FE 4,57mg HDC 71,07g LIP 49,12g Entrante Primer Segund Postre Cena Endivia con anchoa Crepes de pollo y espinacas /Fruta
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