

MARS 2025 MENU ENFANT

FRUITS DE SAISON:

Banane, Pomme, Poire, Fraîse et Orange

PRODUITS LAITIERS:

Smoothies maison, yaourt valencien naturel, yaourt artisanal, assortiment de fromages

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| 3 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Soupe cuite Premier: Merlu au four avec légumes sautés Deuxième: Fruit Dessert: Courgettes grillées Diner: Viande maigre de porc /Fruit | 4 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Lentilles aux légumes bio Deuxième: Cuisse désossée avec des pommes de terre Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Wok aux légumes Poisson sauce citron /Fruit | 5 Entrant: Laitue, carotte, tomate et asperge Premier: Riz aux légumes Deuxième: Délices de poisson avec brocoli Dessert: Fruit Diner: Brocoli vapeur Omelette au fromage /Fruit | 6 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Premier: Macaronis à l'amatriciana Deuxième: Cabillaud au four avec des légumes Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Toast de légumes gratiné Poisson blanc /Fruit | 7 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Crème de haricots et légumes Deuxième: PIZZA Dessert: Fruit Diner: Brochette de légumes Sandwich végétal et fromage /Fruit |
|---|--|---|---|--|

| | | | | |
|---|--|--|--|---|
| 10 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Riz aux côtes levées, ail et artichauts Deuxième: Poulet en sauce aux pois mange-tout sautés Dessert: Fruit Diner: Brocoli vapeur Viande maigre de porc /Fruit | 11 Entrant: Laitue, tomate, oignon, concombre, carotte Premier: Soupe de volaille Deuxième: Rôti de longe avec cous cous Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Carotte assaisonnée avec des petits pois Poisson bleu /Fruit | 12 Entrant: Crème de betterave Premier: Fideuà de poisson Deuxième: Maigre avec tomate avec purée de pomme de terre Dessert: Fruit Diner: Tartine d'houmous Viande blanche /Fruit | 13 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Premier: Lentilles aux légumes de saison Deuxième: Saucisses aux fèves Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Légumes bouillis Omelette de pomme de terre /Fruit | 14 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Premier: Fusili aux 4 fromages Deuxième: Morue à la tomate avec poivrons Dessert: Fruit Diner: Légumes sautés Viande blanche maigre /Fruit |
|---|--|--|--|---|

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| 17 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Riz d'automne: champignons et potiron Deuxième: "Tortilla" au fromage avec des carottes Dessert: Fruit Diner: Wok aux légumes Poisson blanc /Fruit | 18 Entrant: Laitue, carotte, tomate et asperge Premier: Haricots blancs aux légumes - BIO Deuxième: Poulet désossé avec des pommes de terre Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Chips de patate douce Crêpe aux légumes /Fruit | 19 Entrant: Laitue, tomate, oignon, concombre, carotte Premier: Ragoût de pommes de terre et légumes de saison Deuxième: Merlu aux herbes de provence avec petits pois Dessert: Fruit Diner: Quiche au fromage frais et courgette Viande maigre de porc /Fruit | 20 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Premier: Crème de petits pois à l'huile de menthe et mozzarella Deuxième: Goulash de dinde avec des poivrons grillés Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Soupe de courgette Sandwich végétal /Fruit | 21 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Premier: Paella d'Alicante Deuxième: Cabillaud au four avec pistou Dessert: Fruit Diner: Ciboulette et poivron rouge grillé Poisson sauce citron /Fruit |
|---|---|---|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| 24 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Pois chiches aux légumes P/ECO Deuxième: Surlonge cuite au four en sauce avec cous cous Dessert: Fruit Diner: Salade de tomates et d'avocat Viande blanche /Fruit | 25 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Pâtes napolitaines au fromage avec fromage Deuxième: Caprice de calamar avec courgette Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Toast de légumes gratiné /Fruit | 26 Entrant: Salade de chou Premier: "Olleta ilicitana" Deuxième: Saumon avec des légumes thaïlandais Dessert: Fruit Diner: Carotte assaisonnée avec des petits pois Viande maigre de porc /Fruit | 27 Entrant: Laitue, tomate, olives, maïs, carotte Premier: Moussaka aux légumes Deuxième: Blanc de poulet à la plancha avec des légumes Dessert: Fruits et produits laitiers Diner: Riz bouilli Viande blanche maigre /Fruit | 28 Entrant: Salade du jour BIO Premier: Soupe de volaille et pâtes, légumes BIO Deuxième: Goulash maigre avec gnocchis Dessert: Fruit Diner: Brocoli vapeur Hamburger de soja /Fruit |
|--|--|---|---|---|

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 31 Entrant: Salade caprese Premier: Riz au four Deuxième: Dos de merlu au four avec légumes coupés Dessert: Fruit Diner: Légumes bouillis Viande maigre de porc /Fruit | Entrant: Premier: Deuxième: Dessert: Diner: | Entrant: Premier: Deuxième: Dessert: Diner: | Entrant: Premier: Deuxième: Dessert: Diner: | Entrant: Premier: Deuxième: Dessert: Diner: |
|---|---|---|---|---|

VALEUR DIFFÉRENCIANTE

RECETTE VÉGÉTARIENNE

PÊCHE DURABLE

PRODUIT BIOLOGIQUE

RECETTE POUR GOURMETS

GASTRONOMIE TRADITIONNELLE

PRODUIT DE SAISON

PRODUIT DU KM 0

ALÉRGENOS

CÉLERI

CACAHUÈTES

FRUITS SECS

SÉSAME

ORLUSTACS

OEUF

GLUTEN

POISSON

SOJA

MOLLUSQUES

PROD. LAITIERS

SULFITES

LUPINS

MOUTARDE

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.

MARZO 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

- ARROZ
- CAJAHUETES
- FRUTOS DE CÁSCARA
- SÉSAMO
- ORUSTÁCIOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCADO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUIFRIOS
- ALIBAMBUZ
- MOSTAZA

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| <p>3</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Sopa de cocido</p> <p>Segundo plato: Merluza al horno con verduras salteadas</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Calabacín a la plancha / Carne magra de cerdo / Fruta</p> | <p>4</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Lentejas a la hortelana P/ECO</p> <p>Segundo plato: Contramuslo deshuesado con patatas</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Wok de verduras / Pescado al limón / Fruta</p> | <p>5</p> <p>Entrante: Lechuga, zanahoria, tomate y espárragos</p> <p>Primer plato: Paella de verduras</p> <p>Segundo plato: Delicias de pescado con brócoli</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Brócoli al vapor / Tortilla de queso / Fruta</p> | <p>6</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Macarrones amatriciana</p> <p>Segundo plato: Bacalao al horno con verduras</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Tosta de verduras gratinadas / Pescado blanco / Fruta</p> | <p>7</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Crema de alubias y verduras</p> <p>Segundo plato: Pizza casera</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Brochetas de verduras / Sandwich vegetal con queso / Fruta</p> |
| <p>10</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Arroz con costillas, ajetes y alcachofas</p> <p>Segundo plato: Pollo en salsa con tirabeques salteados</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Brócoli al vapor / Carne magra de cerdo / Fruta</p> | <p>11</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria</p> <p>Primer plato: Sopa de ave</p> <p>Segundo plato: Lomo asado con cous cous</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Zanahoria aliñada con guisantes / Pescado azul / Fruta</p> | <p>12</p> <p>Entrante: Crema de remolacha</p> <p>Primer plato: Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)</p> <p>Segundo plato: Magro con tomate con puré de patatas</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Tosta de hummus / Carne blanca / Fruta</p> | <p>13</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Lentejas con verduras de temporada</p> <p>Segundo plato: Longanizas con habas</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Hervido de verduras / Tortilla de patata / Fruta</p> | <p>14</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Fusili a los 4 quesos</p> <p>Segundo plato: Bacalao con tomate con pimientos</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Menestra salteada / Carne blanca magra / Fruta</p> |
| <p>17</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Arroz caldoso de otoño: setas y calabaza</p> <p>Segundo plato: Tortilla de queso con zanahoria</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Wok de verduras / Pescado blanco / Fruta</p> | <p>18</p> <p>Entrante: Lechuga, zanahoria, tomate y espárragos</p> <p>Primer plato: Alubias blancas con verduras - P/ECO</p> <p>Segundo plato: Pollo deshuesado con patatas</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Chips de boniato al horno / Crepe de verduras / Fruta</p> | <p>19</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria</p> <p>Primer plato: Guisado de patatas y verduras de temporada</p> <p>Segundo plato: Merluza a la provenzal con guisantes</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Quiche de queso fresco y calabacín / Carne magra de cerdo / Fruta</p> | <p>20</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Crema de guisantes con aceite de menta y mozzarella</p> <p>Segundo plato: Goulash de pavo con pimiento asado</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Crema de calabacín / Sandwich vegetal / Fruta</p> | <p>21</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Paella alicantina</p> <p>Segundo plato: Bacalao al horno con pisto</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Cebolleta y pimiento rojo plancha / Pescado al limón / Fruta</p> |
| <p>24</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Garbanzos con verduras P/ECO</p> <p>Segundo plato: Solomillo al horno en salsa con cous cous</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Ensalada de tomate y aguacate / Carne blanca / Fruta</p> | <p>25</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Pasta a la napolitana con queso con queso</p> <p>Segundo plato: Capricho de calamar con calabacín</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Tosta de verduras gratinadas / Tortilla francesa / Fruta</p> | <p>26</p> <p>Entrante: Ensalada de col</p> <p>Primer plato: Olleta ilicitana</p> <p>Segundo plato: Salmón al horno con verduras thai</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Zanahoria aliñada con guisantes / Carne magra de cerdo / Fruta</p> | <p>27</p> <p>Entrante: Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>Primer plato: Moussaka vegetal</p> <p>Segundo plato: Pechuga de pollo plancha con verduras</p> <p>Postre: Fruta y lácteo</p> <p>Cena: Arroz hervido / Carne blanca magra / Fruta</p> | <p>28</p> <p>Entrante: Ensalada fresca ecológica</p> <p>Primer plato: Sopa de ave con verduras ECO y fideos</p> <p>Segundo plato: Goulash de magro con gnocchis</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Brócoli al vapor / Hamburguesa de soja / Fruta</p> |
| <p>31</p> <p>Entrante: Ensalada capresse</p> <p>Primer plato: Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>Segundo plato: Lomos de merluza al horno con bresaola</p> <p>Postre: Fruta</p> <p>Cena: Hervido de verduras / Carne magra de cerdo / Fruta</p> | <p>Entrante</p> <p>Primer plato</p> <p>Segundo plato</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> | <p>Entrante</p> <p>Primer plato</p> <p>Segundo plato</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> | <p>Entrante</p> <p>Primer plato</p> <p>Segundo plato</p> <p>Postre</p> <p>Cena</p> | <p>Entrante</p> <p>Primer plato</p> <p>Segundo plato</p> <p>Postre</p> <p>Cena</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

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 las alergias está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se desea para integrar un día a la semana.