

MARS 2026

MENU PRIMAIRE

FRUITS DE SAISON:

Banane, Pomme, Poire, Fraise, 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

CRUSTACÉS

OÛF

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.

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

2 Salade du jour KCAL 977,61 PROT 39,60g CA 381,69mg FE 6,71mg HDC 121,07g LIP 39,59g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Macaronis au piémontais Sébastien sur le dos avec petits pois Fruit Courgettes grillées Viande blanche /Fruit	3 Salade du jour KCAL 791,94 PROT 30,21g CA 275,93mg FE 10,96mg HDC 101,57g LIP 29,66g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Ragoût de pois chiches aux blettes Omelette de jambon york avec pistou Fruit Couscous aux épices Poisson sauce citron /Fruit	4 Salade du jour KCAL 706,58 PROT 25,44g CA 131,96mg FE 4,70mg HDC 138,19g LIP 23,68g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Soupe de volaille Couscous complet Fruit Brocoli vapeur Boulettes de légumes /Fruit	5 Salade du jour BIO KCAL 943,12 PROT 36,31g CA 411,96mg FE 5,24mg HDC 111,19g LIP 38,65g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Quesadilla au turquie et au fromage Riz 'rossejat' Yaourt Wok aux légumes Omelette à l'oignon /Fruit	6 Salade du jour BIO KCAL 893,31 PROT 60,25g CA 134,17mg FE 10,92mg HDC 77,44g LIP 37,50g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Lentilles aux légumes bio Escalope de dinde avec des poivrons grillés Fruit BIO Salade complète Poisson blanc /Fruit
9 Salade du jour KCAL 855,45 PROT 19,87g CA 172,23mg FE 4,71mg HDC 85,21g LIP 48,15g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Crème de citrouille et boniate avec croûtons de pain complet Ragoût maigre avec du riz Fruit Escalivada Poisson bleu /Fruit	10 JOURNÉE MONDIALE DE L'OMELETTE Salade du jour KCAL 764,54 PROT 29,17g CA 234,45mg FE 10,06mg HDC 116,78g LIP 20,52g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Ragoût de haricots aux légumes Omelette de pommes de terre avec ratatouille Fruit Pommes de terre cuites Viande rouge maigre /Fruit	11 Salade du jour BIO KCAL 866,39 PROT 30,86g CA 181,16mg FE 5,49mg HDC 125,23g LIP 27,81g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Riz au secret et citrouille Morue à la Bilbao avec brocoli Fruit BIO Légumes sautés Hamburger de lentilles /Fruit	12 Salade du jour BIO KCAL 779,00 PROT 43,87g CA 294,47mg FE 6,35mg HDC 111,45g LIP 33,05g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Soupe minestrone avec des légumes BIO Poulet rôti au four avec pommes de terre rôties tex-mex Yaourt Haricots verts sautés Poisson en papillote /Fruit	13 Salade du jour KCAL 803,13 PROT 29,59g CA 200,99mg FE 6,84mg HDC 139,45g LIP 35,09g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Soupe aux légumes Fideuá de poisson et fruits de mer avec un bouillon de poisson Fruit Soupe de poireau Viande de volaille /Fruit
16 Salade du jour KCAL 739,52 PROT 22,95g CA 157,28mg FE 81,56g HDC 46,84g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Compote de pommes de terre et légumes de saison avec purée Échine de porc à la plancha avec purée de pomme Fruit Soupe de poireau Omelette au fromage /Fruit	17 Salade du jour BIO KCAL 957,43 PROT 36,87g CA 205,61mg FE 9,78mg HDC 90,67g LIP 49,82g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Lentilles aux légumes BIO Calamars à l'andalouse avec sauce tartare Fruit BIO Ciboulette et poivron rouge grillé Viande de volaille /Fruit	18 Salade de chou KCAL 906,41 PROT 47,01g CA 673,17mg FE 5,43mg HDC 83,40g LIP 43,81g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Spaghetti aux olives et au thon Omelette au fromage aux pois mange-tout sautés Yaourt Wok aux légumes Poisson sauce citron /Fruit	19 Salade du jour KCAL 959,03 PROT 33,56g CA 177,08mg FE 6,03mg HDC 127,23g LIP 36,30g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Férié Suprême de Merlu avec des carottes Fruit Légumes grillés Viande blanche /Fruit	20 Salade du jour KCAL 873,71 PROT 49,78g CA 338,76mg FE 8,71mg HDC 127,76g LIP 18,61g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Riz à la "cubaine" "Burrito mexicano" de poulet Fruit Couscous aux épices Poisson blanc /Fruit
23 Salade du jour KCAL 886,17 PROT 43,30g CA 393,56mg FE 7,16mg HDC 134,30g LIP 35,77g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Les spirales Pomodoro avec fromage Merlu en sauce avec haricots verts à l'étuvée Fruit Salade complète Viande de volaille /Fruit	24 Salade du jour KCAL 932,26 PROT 33,44g CA 235,32mg FE 10,70mg HDC 111,68g LIP 49,80g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Pois chiches avec des légumes Échine de porc de lomo (panée maison) avec des pommes de terre Fruit Épi de maïs avec du sel Poisson blanc /Fruit	25 Salade du jour KCAL 788,78 PROT 37,99g CA 161,48mg FE 4,18mg HDC 174,82g LIP 48,08g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Riz épicé et champignons Poulet au tikka masala Dessert spécial Chips de patate douce Oeufs brouillés aux légumes /Fruit	26 Salade du jour BIO KCAL 892,31 PROT 37,81g CA 335,54mg FE 4,7mg HDC 74,78g LIP 49,26g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Riz au four (pois chiches, côtes levées, pommes de terre et tomates) Salade de pommes de terre et légumes aux oeufs farcis Yaourt Brochette de légumes Viande de volaille /Fruit	27 Salade du jour KCAL 873,71 PROT 49,78g CA 338,76mg FE 8,71mg HDC 127,76g LIP 18,61g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Ragoût de lentilles BIO "Burrito mexicano" de poulet Fruit Couscous aux épices Poisson blanc /Fruit
30 Salade du jour KCAL 886,17 PROT 43,30g CA 393,56mg FE 7,16mg HDC 134,30g LIP 35,77g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Férié	31 Salade du jour KCAL 932,26 PROT 33,44g CA 235,32mg FE 10,70mg HDC 111,68g LIP 49,80g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Férié	Salade du jour KCAL 788,78 PROT 37,99g CA 161,48mg FE 4,18mg HDC 174,82g LIP 48,08g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner	Salade du jour BIO KCAL 892,31 PROT 37,81g CA 335,54mg FE 4,7mg HDC 74,78g LIP 49,26g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner	Salade du jour KCAL 873,71 PROT 49,78g CA 338,76mg FE 8,71mg HDC 127,76g LIP 18,61g Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner

MARZO 2026
MENÚ PRIMARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera, Fresón, 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

APIO, CACAHUETES, FRUTOS DE CÁSCARA, SÉSAMO, CRUSTÁCEOS, HUEVO, GLUTEN, PESCADO, SOJA, MOLUSCOS, LÁCTEOS, SULFITOS, ALIBAMUCES, 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 977,61 PROT 39,60g CA 381,69mg FE 6,71mg HDC 121,07g LIP 39,59g Entrante Caracolas a la piemontesa Primero Gallineta a la espalda con guisantes Segundo Fruta Postre Calabacín a la plancha Cena Carne blanca /Fruta	3 Ensalada de verduras de temporada KCAL 791,94 PROT 30,21g CA 275,93mg FE 10,96mg HDC 101,57g LIP 29,66g Entrante Estofado de garbanzos con acelgas Primero Tortilla de jamón york con pisto Segundo Fruta Postre Cous cous con especias Cena Pescado al limón /Fruta	4 Ensalada de verduras de temporada KCAL 706,58 PROT 25,44g CA 131,96mg FE 4,70mg HDC 138,19g LIP 23,68g Entrante Sopa de ave Primero Cous cous completo Segundo Fruta Postre Brócoli al vapor Cena Albóndigas vegetales /Fruta	5 Ensalada fresca ecológica KCAL 893,31 PROT 36,31g CA 411,96mg FE 5,24mg HDC 111,19g LIP 38,65g Entrante Quesadilla de pavo y queso Primero Arròs rossejat Segundo Yogur Postre Wok de verduras Cena Tortilla de cebolla /Fruta	6 Ensalada fresca ecológica KCAL 893,31 PROT 36,31g CA 411,96mg FE 5,24mg HDC 111,19g LIP 38,65g Entrante Lentejas a la hortelana P/ECO Primero Chuleta de pavo con pimiento asado Segundo Fruta ECO Postre Ensalada completa Cena Pescado blanco /Fruta
9 Ensalada de verduras de temporada KCAL 855,45 PROT 19,87g CA 172,23mg FE 4,71mg HDC 85,21g LIP 48,15g Entrante Crema de calabaza y boniato con tostones integrales Primero Ragout de magro con arroz blanco Segundo Fruta Postre Escalivada Cena Pescado azul /Fruta	10 DÍA DE LA TORTILLA DE PATATA Ensalada de verduras de temporada KCAL 764,54 PROT 29,17g CA 234,45mg FE 10,06mg HDC 116,78g LIP 20,52g Entrante Pochas estofadas con verduras Primero Tortilla de patata con ratatouille Segundo Fruta Postre Patatas cocidas Cena Carne roja magra /Fruta	11 Ensalada fresca ecológica KCAL 866,39 PROT 30,86g CA 181,16mg FE 5,49mg HDC 125,23g LIP 27,81g Entrante Arroz de secreto y calabaza Primero Abadejo a la bilbaína con brócoli Segundo Fruta ECO Postre Menestra salteada Cena Hamburguesa de lentejas /Fruta	12 Ensalada fresca ecológica KCAL 779,00 PROT 43,87g CA 294,47mg FE 6,35mg HDC 111,45g LIP 33,05g Entrante Sopa minestrone con verduras ECO Primero Pollo asado con patatas asadas tex-mex Segundo Yogur Postre Judías verdes salteadas Cena Pescado al papillote /Fruta	13 Ensalada de verduras de temporada KCAL 803,13 PROT 29,59g CA 200,99mg FE 6,03mg HDC 139,45g LIP 35,09g Entrante Crema de verduras de temporada Primero Fideuá de pescado y marisco con fondos de lonja Segundo Fruta Postre Crema de puerros Cena Carne de ave /Fruta
16 Ensalada de verduras de temporada KCAL 739,52 PROT 22,95g CA 157,28mg FE 6,65mg HDC 81,56g LIP 46,84g Entrante Guisado de patatas y verduras de temporada con majado Primero Lomo de cerdo a la plancha con puré de manzana Segundo Fruta Postre Crema de puerros Cena Tortilla de queso /Fruta	17 Ensalada fresca ecológica KCAL 957,43 PROT 36,87g CA 205,61mg FE 9,78mg HDC 90,67g LIP 49,82g Entrante Lentejas a la jardinera P/ECO Primero Calamares a la andaluza con salsa tártara Segundo Fruta ECO Postre Cebolleta y pimiento rojo plancha Cena Carne de ave /Fruta	18 Ensalada de col KCAL 906,41 PROT 47,01g CA 673,17mg FE 5,43mg HDC 83,40g LIP 43,81g Entrante Espaguetis con tapenade Primero Tortilla de queso con tirabeques salteados Segundo Yogur Postre Wok de verduras Cena Pescado al limón /Fruta	19 Ensalada de col KCAL 906,41 PROT 47,01g CA 673,17mg FE 5,43mg HDC 83,40g LIP 43,81g Entrante Festivo Primero Segundo Postre Cena	20 Ensalada de verduras de temporada KCAL 959,03 PROT 33,56g CA 177,08mg FE 6,03mg HDC 127,23g LIP 36,30g Entrante Arroz a la cubana (tomate y huevo) Primero Suprema de merluza con zanahoria vichy Segundo Fruta Postre Parrillada de verduras Cena Carne blanca /Fruta
23 Ensalada de verduras de temporada KCAL 886,17 PROT 43,30g CA 393,56mg FE 7,16mg HDC 134,30g LIP 35,77g Entrante Espirales pomodoro con queso Primero Merluza a la marinera con judías verdes rehogadas Segundo Fruta Postre Ensalada completa Cena Carne de ave /Fruta	24 Ensalada de verduras de temporada KCAL 932,26 PROT 33,44g CA 235,32mg FE 10,70mg HDC 111,68g LIP 49,80g Entrante Garbanzos estofados con verduras Primero Escalope de lomo (empanado casero) con patatas Segundo Fruta Postre Mazorca de maíz con sal Cena Pescado blanco /Fruta	25 JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ Ensalada de verduras de temporada KCAL 788,78 PROT 37,99g CA 161,48mg FE 4,18mg HDC 174,82g LIP 48,08g Entrante Arroz especiado con champiñones Primero Pollo tikka masala Segundo Postre especial Postre Chips de boniato al horno Cena Revuelto de verduras /Fruta	26 Ensalada fresca ecológica KCAL 892,31 PROT 37,81g CA 335,54mg FE 9,47mg HDC 174,78g LIP 49,26g Entrante Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) Primero Ensaladilla con huevos rellenos Segundo Yogur Postre Brochetas de verduras Cena Carne de ave /Fruta	27 Ensalada de verduras de temporada KCAL 873,71 PROT 49,78g CA 338,76mg FE 8,71mg HDC 127,76g LIP 18,61g Entrante Lentejas con verduras P/ECO Primero Burrito mexicano Segundo Fruta Postre Cous cous con especias Cena Pescado blanco /Fruta
30 Entrante Festivo Primero Segundo Postre Cena KCAL PROT CA FE HDC LIP	31 Entrante Festivo Primero Segundo Postre Cena KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrante Primero Segundo Postre Cena KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrante Primero Segundo Postre Cena KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrante Primero Segundo Postre Cena KCAL PROT CA FE HDC LIP