

NOVEMBRE 2025

MENU ENFANT

FRUITS DE SAISON:

Banane, Pomme, Poire, Kaki et Mandarine

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.

3 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Soupe aux légumes Morue à la Vizcaína (tomate, poivron et oignon) avec poivrons Fruit Brochette de légumes Oeuf / Fruit KCAL 690,46 PROT 20,39g CA 188,18mg FE 24,99mg HDC 74,84g LIP 35,01g	4 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Ragoût de pois chiche aux blettes Longe marinée et champignons Fruit Chips de patate douce Poisson sauce citron / Fruit KCAL 743,41 PROT 35,96g CA 225,97mg FE 11,03mg HDC 82,16g LIP 43,78g	5 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Fideuà au poisson et fruits de mer Omelette au fromage avec des carottes Yaourt Champignons gratinés Hamburger de soja / Fruit KCAL 786,04 PROT 53,46g CA 693,86mg FE 7,14mg HDC 91,60g LIP 42,76g	6 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade de chou Riz 'rossejat' Doigts de poisson avec brocoli Fruit Soupe de poireau Viande blanche / Fruit KCAL 853,64 PROT 31,78g CA 138,67mg FE 5,53mg HDC 114,73g LIP 30,10g	7 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Ragoût de lentilles BIO Poulet désossé avec pommes de terre marinées (ail, persil, paprika) Fruit BIO Couscous aux épices Poisson en papillote / Fruit KCAL 627,70 PROT 32,42g CA 148,23mg FE 8,37mg HDC 99,45g LIP 11,92g
10 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Hélices génoises au soja végétal Sébastien sur le dos avec des légumes Fruit Légumes sautés Viande rouge maigre / Fruit KCAL 782,00 PROT 35,48g CA 194,60mg FE 5,86mg HDC 123,46g LIP 33,68g	11 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour purée de fèves Ragoût maigre avec maïs Yaourt artisanal Wok aux légumes Poisson bleu / Fruit KCAL 855,10 PROT 35,21g CA 350,54mg FE 7,92mg HDC 82,03g LIP 42,70g	12 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Soupe cuite Pot-au-feu complet avec des pommes de terre Fruit BIO Salade complète Oeufs brouillés aux épinards / Fruit KCAL 840,63 PROT 46,73g CA 210,26mg FE 9,50mg HDC 114,13g LIP 33,21g	13 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Riz à la "cubaine" Merlu en sauce avec petits pois Fruit Courgettes grillées Viande de volaille / Fruit KCAL 840,48 PROT 34,53g CA 181,06mg FE 6,27mg HDC 97,45g LIP 34,80g	14 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Potiron rôti et crème de patate douce Dinde en sauce avec des pâtes Fruit Escalivada Poisson blanc / Fruit KCAL 883,89 PROT 45,41g CA 167,31mg FE 4,51mg HDC 87,89g LIP 52,48g
17 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Lentilles aux légumes Omelette de pommes de terre aux pois mange-tout sautés Fruit soupe de quinoa Viande blanche maigre / Fruit KCAL 815,62 PROT 33,84g CA 200,20mg FE 10,09mg HDC 116,06g LIP 24,71g	18 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Houmous Riz maigre et légumes Cabillaud croustillant au four avec poivrons Fruit Légumes grillés Poisson blanc / Fruit KCAL 705,14 PROT 30,74g CA 141,42mg FE 5,73mg HDC 90,13g LIP 24,64g	19 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Crème de fête aux légumes avec croûtons de pain complet Ragout de dinde avec du riz Fruit Salade complète Poisson sauce citron / Fruit KCAL 890,62 PROT 39,96g CA 258,65mg FE 10,90mg HDC 113,04g LIP 30,44g	20 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Nouilles à la tapenade Merlu aux herbes de provence avec des carottes baby Fruit BIO Chou-fleur avec pomme de terre Viande blanche / Fruit KCAL 625,34 PROT 35,51g CA 235,47mg FE 5,66mg HDC 100,17g LIP 21,21g	21 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Soupe de poisson, petites crevettes Poulet désossé avec des pommes de terre Yaourt Ciboulette et poivron rouge grillé Omelette à l'oignon / Fruit KCAL 437,35 PROT 31,78g CA 284,56mg FE 3,47mg HDC 52,46g LIP 19,78g
24 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Macaroni napolitain Colin à la sauce mery et haricots verts Fruit Courgettes grillées Viande de volaille / Fruit KCAL 723,61 PROT 25,96g CA 278,07mg FE 4,62mg HDC 100,90g LIP 26,02g	25 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade de chou Paella valenciana Bassi salaté Fruit Aubergine gratinée au four Poisson bleu / Fruit KCAL 717,46 PROT 30,25g CA 160,79mg FE 4,80mg HDC 103,40g LIP 20,17g	26 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Paella valenciana Calamars panés Fruit BIO Légumes bouillis Oeuf / Fruit KCAL 717,46 PROT 30,25g CA 160,79mg FE 4,80mg HDC 103,40g LIP 20,17g	27 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour Soupe avec vermicelles PIZZA Tartine d'houmous Hamburger de soja / Fruit KCAL 736,47 PROT 37,47g CA 230,80mg FE 3,73mg HDC 90,16g LIP 36,23g	28 Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner Salade du jour BIO Crème de lentilles rouges aux légumes BIO au lait de coco Boulettes marocaines avec du riz Fruit Pommes de terre cuites Poisson blanc / Fruit KCAL 1012,25 PROT 40,17g CA 187,14mg FE 9,68mg HDC 135,55g LIP 35,21g
Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner KCAL PROT CA FE HDC LIP	Entrant Premier Deuxième Dessert Dîner KCAL PROT CA FE HDC LIP

NOVIEMBRE 2025

MENÚ INFANTIL

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera, Persimon y Mandarina

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.

3 Ensalada de verduras de temporada KCAL 690,46 PROT 20,39g CA 188,18mg FE 4,99mg HDC 74,84g LIP 35,01g Entrante Primer Segund Postre Cena Crema de verduras de temporada Bacalao a la vizcaina (tomate, pimiento y cebolla) con pimientos Fruta Brochetas de verduras Huevo /Fruta	4 Ensalada de verduras de temporada KCAL 743,41 PROT 35,96g CA 225,97mg FE 11,03mg HDC 82,16g LIP 43,78g Entrante Primer Segund Postre Cena Potaje de garbanzos con acelgas Lomo adobado con champiñones Fruta Chips de boniato al horno Pescado al limón /Fruta	5 Ensalada fresca ecológica KCAL 786,04 PROT 53,46g CA 693,86mg FE 7,14mg HDC 91,60g LIP 42,76g Entrante Primer Segund Postre Cena Fideua de pescado y marisco Tortilla de queso con zanahoria Yogur Champiñones gratinados Hamburguesa de soja /Fruta	6 Ensalada de col KCAL 853,64 PROT 31,78g CA 138,67mg FE 5,53mg HDC 114,73g LIP 30,10g Entrante Primer Segund Postre Cena Arròs rossejat Fingers de pescado con brócoli Fruta Crema de puerros Carne blanca /Fruta	7 Ensalada fresca ecológica KCAL 627,70 PROT 32,42g CA 148,23mg FE 8,37mg HDC 99,45g LIP 11,92g Entrante Primer Segund Postre Cena Lentejas con verduras P/ECO Pollo deshuesado con patatas al pimentón Fruta ECO Cous cous con especias Pescado al papillote /Fruta
10 Ensalada de verduras de temporada KCAL 782,00 PROT 35,48g CA 194,60mg FE 5,86mg HDC 123,46g LIP 33,68g Entrante Primer Segund Postre Cena Hélices a la genovesa con soja vegetal Gallineta a la espalda con verduras Fruta Menestra salteada Carne roja magra /Fruta	11 Ensalada de verduras de temporada KCAL 855,10 PROT 35,21g CA 350,54mg FE 7,92mg HDC 82,03g LIP 42,70g Entrante Primer Segund Postre Cena Puré de alubias Ragout de magro con maíz Yogur Artesano Wok de verduras Pescado azul /Fruta	12 Ensalada fresca ecológica KCAL 840,63 PROT 46,73g CA 210,26mg FE 9,50mg HDC 114,13g LIP 33,21g Entrante Primer Segund Postre Cena Sopa de cocido Cocido completo con patatas Fruta ECO Ensalada completa Revuelto de espinacas /Fruta	13 Ensalada fresca ecológica KCAL 840,48 PROT 34,53g CA 181,06mg FE 6,27mg HDC 97,45g LIP 34,80g Entrante Primer Segund Postre Cena Arroz a la cubana (tomate y huevo) Merluza en salsa con guisantes Fruta Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	14 Ensalada de verduras de temporada KCAL 883,89 PROT 45,41g CA 167,31mg FE 4,51mg HDC 87,89g LIP 52,48g Entrante Primer Segund Postre Cena Crema de calabaza asada y boniato Pavo en salsa con caracolas Fruta Escalivada Pescado blanco /Fruta
17 Ensalada de verduras de temporada KCAL 815,62 PROT 33,84g CA 200,20mg FE 10,09mg HDC 116,06g LIP 24,71g Entrante Primer Segund Postre Cena Lentejas a la hortelana Tortilla de patata con tirabeques salteados Fruta Sopa de quinoa Carne blanca magra /Fruta	18 Hummus de garbanzos KCAL 810,14 PROT 30,74g CA 141,42mg FE 5,73mg HDC 90,13g LIP 24,64g Entrante Primer Segund Postre Cena Arroz con magro y verduras Bacalao crujiente al horno con pimientos Fruta Parrillada de verduras Pescado blanco /Fruta	19 Ensalada fresca ecológica KCAL 890,62 PROT 39,96g CA 258,65mg FE 10,90mg HDC 113,04g LIP 30,44g Entrante Primer Segund Postre Cena Crema festival de legumbres con tostones integrales Ragout de pavo con arroz blanco Fruta Ensalada completa Pescado al limón /Fruta	20 Ensalada fresca ecológica KCAL 625,34 PROT 35,51g CA 235,47mg FE 5,66mg HDC 100,17g LIP 21,21g Entrante Primer Segund Postre Cena Tallarines con tapenade Merluza a la provenzal con zanahoria baby Fruta ECO Coliflor con patata Carne blanca /Fruta	21 Ensalada de verduras de temporada KCAL 437,35 PROT 31,78g CA 284,56mg FE 3,47mg HDC 52,46g LIP 19,78g Entrante Primer Segund Postre Cena Sopa de pescado con gambitas Pollo deshuesado con patatas Yogur Cebolleta y pimiento rojo plancha Tortilla de cebolla /Fruta
24 Ensalada de verduras de temporada KCAL 723,61 PROT 25,96g CA 278,07mg FE 4,62mg HDC 100,90g LIP 26,02g Entrante Primer Segund Postre Cena Macarrones a la napolitana Abadejo en salsa mery con judías verdes Fruta Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	25 Ensalada de col KCAL 717,46 PROT 30,25g CA 160,79mg FE 4,80mg HDC 103,40g LIP 20,17g Entrante Primer Segund Postre Cena Paella valenciana con pollo de campo Capricho de calamar Fruta ECO Hervido valenciano Huevo /Fruta	26 Ensalada fresca ecológica KCAL 736,47 PROT 37,47g CA 230,80mg FE 3,73mg HDC 90,16g LIP 36,23g Entrante Primer Segund Postre Cena Sopa de estrellitas PIZZERO Tosta de hummus Hamburguesa de soja /Fruta	27 Ensalada de verduras de temporada KCAL 1012,25 PROT 40,17g CA 187,14mg FE 9,68mg HDC 135,55g LIP 35,21g Entrante Primer Segund Postre Cena Crema de lentejas rojas con verduras P/ECO con leche de coco Albóndigas estilo marroquí con arroz blanco Fruta Patatas cocidas Pescado blanco /Fruta	28 Ensalada fresca ecológica KCAL 1012,25 PROT 40,17g CA 187,14mg FE 9,68mg HDC 135,55g LIP 35,21g Entrante Primer Segund Postre Cena Crema de lentejas rojas con verduras P/ECO con leche de coco Albóndigas estilo marroquí con arroz blanco Fruta Patatas cocidas Pescado blanco /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