

OCTOBRE 2024 MENU SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:
Poire, Pomme, Banane, Kiwi et Kaki

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
- CACAHUÛTES
- FRUITS SECS
- SÉSAME
- CRUSTACÉS
- OEUFS
- GLUTEN
- POISSON
- SOJA
- MOLLUSQUES
- PROD. LAITIERS
- SULFITES
- LUPINS
- MOUTARDE

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. Un plan complet sera distribué en jour par semaine.

Entrant	KCAL
Protéiné	PROT
Premier	CA
Deuxième	FE
Dessert	HDC
Dîner	LIP

1	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Riz cantonais	CA
	Deuxième	Cabillaud au four avec ratatouille	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Légumes bouillis /Fruit	LIP

2	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Soupe de volaille et pâtes	CA
	Deuxième	Escalope de dinde avec des poivrons grillés	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Wok aux légumes Sandwich végétal /Fruit	LIP

3	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Salade de pâtes aux légumes, à la sauce tomate et fromage valencien	CA
	Deuxième	Tortilla de patatas avec fromage valencien	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Ciboulette et poivron rouge grillé Poisson blanc /Fruit	LIP

4	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Lentilles aux légumes BIO	CA
	Deuxième	Ragoût de Veau avec du riz	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Courgettes grillées Hamburger de merlu /Fruit	LIP

7	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Charcuterie valencienne avec ratatouille maison	CA
	Deuxième	Fruits et produits laitiers	FE
	Dessert	Brocoli vapeur	HDC
	Dîner	Boulettes de légumes /Fruit	LIP

8	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Tartiflette	CA
	Deuxième	Merlu à la marinère avec petits pois	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Aubergines farcies aux légumes Oeuf /Fruit	LIP

9	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

10	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Macaronis italiens	CA
	Deuxième	Anneaux de calmars farinés avec sauce tartare et bâtonnets de carottes	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Chou-fleur à l'ail Viande blanche /Fruit	LIP

11	Entrant	JOURNÉE GASTRONOMIQUE: LA Le salade parisienne	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Vichyssoise	CA
	Deuxième	Crêpe jambon cuit et fromage	FE
	Dessert	Crêpe au chocolat	HDC
	Dîner	Soupe de potiron Poisson sauce citron /Fruit	LIP

14	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Riz à la "cubaine"	CA
	Deuxième	Anchois tempura aux légumes sautés	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Pommes de terre cuites Croquettes de légumes maison /Fruit	LIP

15	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

16	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Soupe de pot-au-feu et vermicelles	CA
	Deuxième	Ailes de poulet au miel et à la moutarde avec épis de maïs (Enfants: maïs sauté)	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Haricots verts sautés Poisson bleu /Fruit	LIP

17	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Lentilles aux légumes BIO	CA
	Deuxième	PIZZA	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Salade complète /Fruit	LIP

18	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Crème de légumes de saison	CA
	Deuxième	Filet de porc au four avec pommes de terre rôties	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Brocoli vapeur Brochette de tofu /Fruit	LIP

21	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Crème de fête aux légumes avec croûtons de pain complet	CA
	Deuxième	Ragoût de dinde Tikka Massala avec cous cous	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Gratin de chou-fleur Poisson bleu /Fruit	LIP

22	Entrant	Buffet de salade	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier	Riz "a banda"	CA
	Deuxième	Omelette française avec du brocoli	FE
	Dessert	Fruits et produits laitiers	HDC
	Dîner	Légumes bouillis Hamburger de merlu /Fruit	LIP

23	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

24	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

25	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

28	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

29	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

30	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

31	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

	Entrant	Férié	KCAL
	Protéiné		PROT
	Premier		CA
	Deuxième		FE
	Dessert		HDC
	Dîner		LIP

OCTUBRE 2024 MENÚ SECUNDARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:
Pera, Manzana, Banana, Kiwi y Persimon

OPCIONES DE LÁCTEO:
Batidos caseros, yogur valenciano natural, yogur artesano, quesos variados

VALOR DIFERENCIAL



ALÉRGENOS



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.

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

1	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Arroz tres delicias	PROT
	Segundo	Bacalao al horno con ratatouille	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Hervido valenciano	HDC
		Carne blanca plancha /Fruta	LIP

2	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Sopa de ave con fideos	PROT
	Segundo	Chuleta de pavo con pimiento asado	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Wok de verduras	HDC
		Sandwich vegetal /Fruta	LIP

3	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Ensalada de espirales vegetales con tomate cherry, queso valenciano y vegetales	PROT
	Segundo	Tortilla de patata con queso valenciano	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Cebolleta y pimiento rojo plancha	HDC
		Pescado blanco /Fruta	LIP

4	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Lentejas con verduras P/ECO	PROT
	Segundo	Ragout de ternera con arroz blanco	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Calabacín a la plancha	HDC
		Hamburguesa de merluza /Fruta	LIP

7	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Crema de guisantes naturales con mozzarella y aceite de menta	PROT
	Segundo	Embutido valenciano con pisto casero	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Brócoli al vapor	HDC
		Albóndigas vegetales /Fruta	LIP

8	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Tartiflette (bacon y queso)	PROT
	Segundo	Merluza a la marinera con guisantes	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Berenjena rellena de verduras	HDC
		Huevo /Fruta	LIP

9	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

10	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Macarrones a la italiana	PROT
	Segundo	Rabas de calamar enharinadas con salsa tártara y bastoncitos de zanahoria	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Coliflor al ajo arriero	HDC
		Carne blanca /Fruta	LIP

11	Entrante	J. GASTRONÓMICA LA CREPÈRIE	KCAL
	Primero	Vichyssoise (crema de puerros)	PROT
	Segundo	Crepe bordelés de york y queso	CA
	Postre	Crepe de chocolate	FE
	Cena	Crema de calabaza	HDC
		Pescado al limón /Fruta	LIP

14	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	PROT
	Segundo	Boquerones en tempura con salteado de verduras	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Patatas cocidas	HDC
		Croquetas caseras de legumbres /Fruta	LIP

15	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

16	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Sopa de cocido con fideos	PROT
	Segundo	Alitas de pollo a la miel y mostaza con mazorcas de maíz (Infantil: maíz salteado)	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Judías verdes salteadas	HDC
		Pescado azul /Fruta	LIP

17	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Lentejas a la jardinera P/ECO	PROT
	Segundo	PIZZERO	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Ensalada completa	HDC
		Salmón al papillote /Fruta	LIP

18	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Crema de verduras de temporada	PROT
	Segundo	Solomillo de cerdo al horno con patatas asadas	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Brócoli al vapor	HDC
		Brocheta de tofu /Fruta	LIP

21	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Crema festival de legumbres con tostones integrales	PROT
	Segundo	Pavo tikka massala con cous cous	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Coliflor gratinada	HDC
		Pescado azul /Fruta	LIP

22	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Arroz a banda	PROT
	Segundo	Tortilla francesa con brócoli	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Hervido valenciano	HDC
		Hamburguesa de merluza /Fruta	LIP

23	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

24	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

25	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

28	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

29	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

30	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

31	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

31	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero	Festivo	PROT
	Segundo	Festivo	CA
	Postre	Festivo	FE
	Cena	Festivo	HDC
		Festivo	LIP

OCTOBRE 2024 2^a OP SECONDAIRE

FRUITS DE SAISON:
Poire, Pomme, Banane, Kiwi et Kaki

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

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.

<p>3</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Brocoli écrasé</p> <p>Wrap au poulet</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Légumes bouillis /Fruit</p>	<p>KCAL 757,08</p> <p>PROT 48,83g</p> <p>CA 323,97mg</p> <p>FE 3,92mg</p> <p>HDC 64,55g</p> <p>LIP 62,84g</p>	<p>4</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Salade allemande (Kartoffelsalat)</p> <p>Merlu à la marinère</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Wok aux légumes Sandwich végétal /Fruit</p>	<p>KCAL 807,71</p> <p>PROT 36,98g</p> <p>CA 307,16mg</p> <p>FE 5,51mg</p> <p>HDC 83,42g</p> <p>LIP 36,08g</p>	<p>5</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Haricots verts mijotés avec tomate</p> <p>Super croquette de morue</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Ciboulette et poivron rouge grillé Poisson blanc /Fruit</p>	<p>KCAL 639,01</p> <p>PROT 16,36g</p> <p>CA 290,00mg</p> <p>FE 3,55mg</p> <p>HDC 76,72g</p> <p>LIP 30,14g</p>	<p>6</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Petits pois à l'oignon</p> <p>Quiche veggie</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Courgettes grillées Hamburger de merlu /Fruit</p>	<p>KCAL 621,19</p> <p>PROT 20,26g</p> <p>CA 312,48mg</p> <p>FE 6,74mg</p> <p>HDC 67,90g</p> <p>LIP 33,24g</p>			
<p>7</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Coquillages au pesto</p> <p>Anchois farinés</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Brocoli vapeur Boulettes de légumes /Fruit</p>	<p>KCAL 736,43</p> <p>PROT 37,27g</p> <p>CA 442,85mg</p> <p>FE 3,10mg</p> <p>HDC 76,95g</p> <p>LIP 44,28g</p>	<p>8</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Gratin Chou-fleur</p> <p>Ailes de poulet barbecue</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Aubergines farcies aux légumes Oeuf /Fruit</p>	<p>KCAL 846,47</p> <p>PROT 42,66g</p> <p>CA 229,95mg</p> <p>FE 3,89mg</p> <p>HDC 56,68g</p> <p>LIP 50,03g</p>	<p>9</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>10</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Bouilli de légumes valencien (pommes de terre, haricots, carotte et oignons)</p> <p>Omelette campagnarde</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Chou-fleur à l'ail Viande blanche /Fruit</p>	<p>KCAL 514,86</p> <p>PROT 16,56g</p> <p>CA 258,31mg</p> <p>FE 4,82mg</p> <p>HDC 59,29g</p> <p>LIP 23,13g</p>	<p>11</p> <p>JOURNÉE GASTRONOMIQUE: LA Le salade parisienne</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Paella aux légumes avec de légumes en tempura</p> <p>Crêpe au chocolat</p> <p>Soupe de potiron Poisson sauce citron /Fruit</p>	<p>KCAL 1231,53</p> <p>PROT 60,37g</p> <p>CA 372,15mg</p> <p>FE 7,50mg</p> <p>HDC 150,74g</p> <p>LIP 67,64g</p>
<p>14</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Soupe julienne</p> <p>Saucisses aux légumes sautés</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Pommes de terre cuites Croquettes de légumes maison /Fruit</p>	<p>KCAL 424,12</p> <p>PROT 14,64g</p> <p>CA 223,67mg</p> <p>FE 3,29mg</p> <p>HDC 31,87g</p> <p>LIP 26,27g</p>	<p>15</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL 430,01</p> <p>PROT 19,12g</p> <p>CA 405,40mg</p> <p>FE 6,27mg</p> <p>HDC 35,90g</p> <p>LIP 22,89g</p>	<p>16</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Blettes sautées</p> <p>Cabillaud à la basquaise</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Haricots verts sautés Poisson bleu /Fruit</p>	<p>KCAL 827,50</p> <p>PROT 16,45g</p> <p>CA 278,76mg</p> <p>FE 3,72mg</p> <p>HDC 101,58g</p> <p>LIP 40,52g</p>	<p>17</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Escalibada</p> <p>Oeufs brouillés aux champignons</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Salade complète /Fruit</p>	<p>KCAL 581,85</p> <p>PROT 20,78g</p> <p>CA 222,53mg</p> <p>FE 3,75mg</p> <p>HDC 47,30g</p> <p>LIP 34,20g</p>	<p>18</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Spaghetti aux boulettes de viande</p> <p>Saumon teriyaki avec pommes de terre rôties</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Brocoli vapeur Brochette de tofu /Fruit</p>	<p>KCAL 1116,41</p> <p>PROT 42,76g</p> <p>CA 277,92mg</p> <p>FE 118,39g</p> <p>HDC 68,41g</p>
<p>21</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Nouilles aux légumes et au soja</p> <p>Longes de merlu provençal</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Gratin de chou-fleur Poisson bleu /Fruit</p>	<p>KCAL 541,43</p> <p>PROT 30,12g</p> <p>CA 260,86mg</p> <p>FE 3,62mg</p> <p>HDC 109,81g</p> <p>LIP 15,79g</p>	<p>22</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Buffet de salade</p> <p>Légumes bouillis</p> <p>San Jacobo</p> <p>Fruits et produits laitiers</p> <p>Légumes bouillis Hamburger de merlu /Fruit</p>	<p>KCAL 827,50</p> <p>PROT 16,45g</p> <p>CA 278,76mg</p> <p>FE 3,72mg</p> <p>HDC 101,58g</p> <p>LIP 40,52g</p>	<p>23</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>24</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>25</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>
<p>28</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>29</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>30</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>31</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>32</p> <p>Entrant</p> <p>Protégé</p> <p>Premier</p> <p>Deuxième</p> <p>Dessert</p> <p>Dîner</p>	<p>Férié</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>

OCTUBRE 2024 2ª OP SECUNDARIA

FRUTAS DE TEMPORADA:
Pera, Manzana, Banana, Kiwi y Persimon

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

ALÉRGICOS

- APIO
- CAJAHUETES
- FRUTOS DE CÁSCARA
- SÉSAMO
- ORUSTIACOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCADO
- 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.

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

1	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Brócoli gratinado	PROT
	Segundo	Wrap de pollo	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Hervido valenciano	HDC
		Carne blanca plancha /Fruta	LIP

2	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Ensalada alemana (Kartoffelsalat)	PROT
	Segundo	Merluza a la marinera	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Wok de verduras	HDC
		Sandwich vegetal /Fruta	LIP

3	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Judías verdes con tomate	PROT
	Segundo	Croquetón de bacalao	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Cebolleta y pimiento rojo plancha	HDC
		Pescado blanco /Fruta	LIP

4	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Guisantes con cebolla	PROT
	Segundo	Quiche vegetal	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Calabacín a la plancha	HDC
		Hamburguesa de merluza /Fruta	LIP

7	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Caracolas al pesto	PROT
	Segundo	Boquerones enharinados	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Brócoli al vapor	HDC
		Albóndigas vegetales /Fruta	LIP

8	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Coliflor al gratén	PROT
	Segundo	Alitas de pollo a la bbq	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Berenjena rellena de verduras	HDC
		Huevo /Fruta	LIP

9	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

10	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Hervido valenciano (patata, judías, zanahoria y cebolla)	PROT
	Segundo	Tortilla paisana	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Coliflor al ajo arriero	HDC
		Carne blanca /Fruta	LIP

11	Entrante	J. GASTRONÓMICA LA CREPÈRIE	KCAL
	Primero	Le salade parisienne	PROT
	Segundo	Paella de verduras	CA
	Postre	All i pebre de merluza con verduras en tempura	FE
	Cena	Crepe de chocolate	HDC
		Crema de calabaza	LIP
		Pescado al limón /Fruta	

14	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Sopa juliana	PROT
	Segundo	Longanizas con salteado de verduras	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Patatas cocidas	HDC
		Croquetas caseras de legumbres /Fruta	LIP

15	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

16	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Acelgas rehogadas	PROT
	Segundo	Bacalao a la vizcaína	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Judías verdes salteadas	HDC
		Pescado azul /Fruta	LIP

17	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Escalibada	PROT
	Segundo	Revuelto de setas	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Ensalada completa	HDC
		Salmón al papillote /Fruta	LIP

18	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Espaguetis con albóndigas	PROT
	Segundo	Salmón teriyaki con patatas asadas	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Brócoli al vapor	HDC
		Brocheta de tofu /Fruta	LIP

21	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Tallarines con verduras y salsa de soja	PROT
	Segundo	Lomos de merluza provenzal	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Coliflor gratinada	HDC
		Pescado azul /Fruta	LIP

22	Entrante	Buffet de ensaladas	KCAL
	Primero	Hervido de verduras	PROT
	Segundo	San Jacobo	CA
	Postre	Fruta y lácteo	FE
	Cena	Hervido valenciano	HDC
		Hamburguesa de merluza /Fruta	LIP

23	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

24	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

25	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

28	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

29	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

30	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

31	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP

	Entrante	Festivo	KCAL
	Primero		PROT
	Segundo		CA
	Postre		FE
	Cena		HDC
			LIP