

OCTOBRE 2026
MENU ENFANT

FRUITS DE SAISON:

Pomme, Poire,
Mandarine, Banane

PRODUITS LAITIERS:

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

VALEUR DIFFÉRENCIANTE



ALÉRGENOS



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.

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

Entrant	KCAL
	PROT
Premier	CA
	FE
Deuxième	HDC
	LIP
Dessert	
Dîner	

1 Entrant	Salade du jour	KCAL
		883,64
		PROT
		34,48g
Premier	"Paella Valenciana"	CA
		406,35mg
Deuxième	Oeufs brouillés avec fromage	FE
		4,70mg
Dessert	Yaourt	HDC
		101,40g
Dîner	Courgettes grillées	LIP
	Viande blanche /Fruit	37,86g

2 Entrant	Salade du jour BIO	KCAL
		768,23
		PROT
		46,17g
Premier	Ragoût de lentilles BIO	CA
		165,33mg
Deuxième	Longe de porc avec tomate	FE
		9,55mg
Dessert	Fruit BIO	HDC
		95,34g
Dîner	Brochette de légumes	LIP
	Poisson en papillote /Fruit	23,75g

5 Entrant	Salade du jour	KCAL
		704,07
		PROT
		27,53g
Premier	Spaghetti complets à la napolitaine	CA
		225,98mg
Deuxième	Morue à la marinera	FE
		6,22mg
Dessert	Fruit	HDC
		97,58g
Dîner	Salade complète	LIP
	Viande blanche /Fruit	22,78g

6 Entrant	Salade du jour	KCAL
		618,96
		PROT
		23,49g
Premier	Soupe minestrone avec légumes BIO	CA
		158,05mg
Deuxième	Poulet désossé avec maïs sauté	FE
		4,46mg
Dessert	Fruit	HDC
		62,14g
Dîner	Haricots verts sautés	LIP
	Poisson sauce citron /Fruit	31,45g

7 Entrant	Salade du jour BIO	KCAL
		934,38
		PROT
		44,57g
Premier	Riz d'automne (champignons, citrouille et maigre)	CA
		282,50mg
Deuxième	Omelette avec fromage	FE
		7,55mg
Dessert	Fruit BIO	HDC
		82,68g
Dîner	Soupe de carotte	LIP
	Viande rouge maigre /Fruit	47,50g

8 Entrant	Salade du jour BIO	KCAL
		852,67
		PROT
		49,60g
Premier	Potage de pois chiches aux épinards	CA
		390,00mg
Deuxième	Maigre en sauce avec des pommes de terre	FE
		10,67mg
Dessert	Yaourt	HDC
		82,57g
Dîner	Brocoli vapeur	LIP
	Omelette de pomme de terre /Fruit	35,46g

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

12 Entrant		KCAL
		PROT
Premier	Féried	CA
		FE
Deuxième		HDC
		LIP
Dessert		
Dîner		

13 Entrant	Salade du jour	KCAL
		860,99
		PROT
		25,48g
Premier	Crème de lentilles rouges à la pomme rôtie avec croûtons de pain complet	CA
		141,84mg
Deuxième	Nuggets de poulet avec des pommes de terre	FE
		5,94mg
Dessert	Fruit	HDC
		97,38g
Dîner	Wok aux légumes	LIP
	Poisson blanc /Fruit	41,78g

14 Entrant	Salade du jour BIO	KCAL
		823,16
		PROT
		26,12g
Premier	Soupe de volaille	CA
		136,57mg
Deuxième	Couscous complet	FE
		5,04mg
Dessert	Fruit	HDC
		143,12g
Dîner	Toast de légumes gratiné	LIP
	Oeuf /Fruit	34,28g

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

16 Entrant	Salade du jour	KCAL
		981,55
		PROT
		43,35g
Premier	purée de fèves	CA
		208,81mg
Deuxième	Goulash de dinde avec du riz	FE
		10,06mg
Dessert	Fruit	HDC
		152,60g
Dîner	Courgettes grillées	LIP
	Poisson sauce citron /Fruit	21,09g

19 Entrant	Salade du jour	KCAL
		783,38
		PROT
		29,94g
Premier	Macaroni complet à l'italienne (tomate, fromage)	CA
		189,03mg
Deuxième	Saumon avec brocoli	FE
		6,69mg
Dessert	Fruit	HDC
		99,75g
Dîner	Escalivada	LIP
	Viande blanche /Fruit	30,10g

20 Entrant	Salade du jour	KCAL
		714,16
		PROT
		26,42g
Premier	Crème de pois chiches et de légumes	CA
		240,78mg
Deuxième	Omelette campagnarde avec fromage frais	FE
		7,83mg
Dessert	Fruit	HDC
		93,07g
Dîner	Chips de patate douce	LIP
	Poisson blanc /Fruit	26,98g

21 Entrant	Salade du jour	KCAL
		581,61
		PROT
		31,84g
Premier	Cannellonis de viande	CA
		171,45mg
Deuxième	Doigts de poisson	FE
		2,63mg
Dessert	Fruit	HDC
		43,08g
Dîner	Soupe de légumes	LIP
	Poisson bleu /Fruit	31,41g

22 Entrant	Salade du jour BIO	KCAL
		902,86
		PROT
		40,46g
Premier	Riz à la cubaine (oeuf)	CA
		304,95mg
Deuxième	Poitrine à la crème aux champignons	FE
		4,79mg
Dessert	Yaourt	HDC
		106,58g
Dîner	Potiron et pomme de terre	LIP
	Viande de volaille /Fruit	34,97g

23 Entrant	Salade du jour BIO	KCAL
		828,59
		PROT
		37,09g
Premier	purée de fèves	CA
		314,73mg
Deuxième	PIZZA	FE
		7,43mg
Dessert	Fruit BIO	HDC
		118,63g
Dîner	Gratin de chou-fleur	LIP
	Omelette à la morue /Fruit	22,78g

