

ABRIL 2023 MENÚ BASAL

FRUITES DE TEMPORADA:

Pera, poma, banana, taronja, kiwi i maduixa

VALOR DIFERENCIAL

AL·LERGÒGENS

Avda. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (València)
 T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
 colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Disposem de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiaquia, etc. L'avaluació nutricional es basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la "Guia de menús de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.

3	Encisam, tomaca, carlota i cogombre	KCAL 852,72
Entrant		PROT 42,89g
	Lentilles amb verdures	CA 127,19mg
Primer		FE 10,52mg
	Llomello a la planxa amb creïlles	HDC 82,66g
Segon		LIP 50,16g
	Fruita	
Prostri		
	Cous cous amb especes	
Sopar	Peix a la llima /Fruita	

4	Amanida fresca ecològica	KCAL 934,94
Entrant		PROT 29,78g
	Macarrons integrals napolitana	CA 328,06mg
Primer		FE 4,91mg
	Gall Sant Pere a la lionesa amb bròquil	HDC 105,75g
Segon		LIP 45,84g
	Fruita ECO	
Prostri		
	Minestra saltejada	
Sopar	Titot amb xampinyons /Fruita	

5	Nachos amb formatge	KCAL 856,70
Entrant		PROT 44,39g
	Rollito de primavera amb amanida	CA 278,71mg
Primer		FE 5,59mg
	Paella valenciana amb pollastre de camp	HDC 102,95g
Segon		LIP 34,10g
	Gelat	
Prostri		
	Creïlles farcides	
Sopar	Truita de tonyina i carabasseta /Fruita	

6		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

7		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

10		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

11		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

12		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

13		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

14		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

17		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

18	Hummus de cigrons ambs pics de pa	KCAL 816,51
Entrant		PROT 42,53g
	Macarrons a la italiana (tomaca, formatge)	CA 373,55mg
Primer		FE 7,40mg
	Abadejo en tempura amb amanida	HDC 151,87g
Segon		LIP 22,65g
	Fruita	
Prostri		
	Amanida completa	
Sopar	Carn d'au /Fruita	

19	Croqueta del xef	KCAL 947,31
Entrant		PROT 39,13g
	Amanida completa amb verat i ou dur	CA 149,89mg
Primer		FE 6,52mg
	Arròs rossejat	HDC 107,38g
Segon		LIP 40,60g
	Fruita	
Prostri		
	Espàrrecs amb pernil	
Sopar	Sandvitx vegetal /Fruita	

20	Amanida fresca ecològica	KCAL 817,04
Entrant		PROT 53,74g
	Sopa de bullit amb verdures ecològiques i fideus	CA 303,64mg
Primer		FE 7,68mg
	Pollastre al forn amb panolla (Infantil: dacsa saltat)	HDC 74,26g
Segon		LIP 36,80g
	Iogurt Artesà	
Prostri		
	Broquetes de verdures	
Sopar	Peix blanc /Fruita	

21	Amanida fresca ecològica	KCAL 722,76
Entrant		PROT 29,45g
	Cigrons amb verdures P/ECO	CA 316,83mg
Primer		FE 10,54mg
	Truita de creïlles amb formatge fresc	HDC 97,73g
Segon		LIP 23,90g
	Fruita ECO	
Prostri		
	Crema de porro	
Sopar	Carn blanca /Fruita	

24		KCAL
Entrant		PROT
	Festiu	CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

25	Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota	KCAL 1060,30
Entrant		PROT 31,43g
	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	CA 175,32mg
Primer		FE 5,92mg
	Calamars a l'andalusa amb salsa tàrtara	HDC 94,42g
Segon		LIP 61,82g
	Fruita	
Prostri		
	Graellada de verdures	
Sopar	Carn roja magra /Fruita	

26	Amanida fresca ecològica	KCAL 688,75
Entrant		PROT 35,12g
	Sopa minestrone	CA 150,65mg
Primer		FE 2,90mg
	Relom de porc en salseta amb creïlles	HDC 99,05g
Segon		LIP 32,92g
	Fruita	
Prostri		
	Creïlles al gratén	
Sopar	Hamburguesa de soja /Fruita	

27	Encisam, tomaca, carlota, olives i pinya	KCAL 572,68
Entrant		PROT 42,52g
	Canelons gratinats	CA 380,88mg
Primer		FE 2,90mg
	Luç a la marinera	HDC 36,49g
Segon		LIP 27,87g
	Iogurt natural valencià	
Prostri		
	Wok de verdures	
Sopar	Ous al plat /Fruita	

28	Encisam, tomaca, ceba, cogombre, carlota	KCAL 870,13
Entrant		PROT 37,34g
	Lentilles amb verdures P/ECO	CA 292,24mg
Primer		FE 7,65mg
	Pizza margarida	HDC 135,03g
Segon		LIP 20,57g
	Fruita ECO	
Prostri		
	Xampinyons gratinats	
Sopar	Peix blau /Fruita	

29		KCAL
Entrant		PROT
		CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

30		KCAL
Entrant		PROT
		CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

31		KCAL
Entrant		PROT
		CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

32		KCAL
Entrant		PROT
		CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

33		KCAL
Entrant		PROT
		CA
Primer		FE
		HDC
Segon		LIP
Prostri		
Sopar		

ABRIL 2023 MENÚ BASAL

FRUTAS DE TEMPORADA:

Pera, manzana, banana, naranja, kiwi y fresón

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 conforme a las directrices de la "Guía de menús de menajadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará pan integral un día a la semana.

3	Lechuga, tomate, zanahoria y pepino	KCAL 852,72
Entrante		PROT 42,89g
Primero	Lentejas con verduras	CA 127,19mg
Segundo	Lomo de cerdo a la plancha con patatas	FE 10,52mg
Postre	Fruta	HDC 82,66g
Cena	Cous cous con especias Pescado al limón /Fruta	LIP 50,16g

4	Ensalada fresca ecológica	KCAL 934,94
Entrante		PROT 29,78g
Primero	Macarrones integrales napolitana	CA 328,06mg
Segundo	Gallo San Pedro a la lionesa con brócoli	FE 14,91mg
Postre	Fruta ECO	HDC 105,75g
Cena	Menestra salteada Pavo con champiñones /Fruta	LIP 45,84g

5	Nachos con queso	KCAL 856,70
Entrante		PROT 44,39g
Primero	Rollito de primavera con ensalada	CA 278,71mg
Segundo	Paella valenciana con pollo de campo	FE 5,59mg
Postre	Helado	HDC 102,95g
Cena	Patatas rellenas Tortilla de atún y calabacín /Fruta	LIP 34,10g

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

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

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

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

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

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

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

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

18	Hummus de garbanzos con picos de pan	KCAL 816,51
Entrante		PROT 42,53g
Primero	Macarrones a la italiana (tomate, queso)	CA 373,55mg
Segundo	Bacalao en tempura con ensalada	FE 7,40mg
Postre	Fruta	HDC 151,87g
Cena	Ensalada completa Carne de ave /Fruta	LIP 22,65g

19	Croqueta del chef	KCAL 947,31
Entrante		PROT 39,13g
Primero	Ensalada completa con caballa y huevo duro	CA 149,89mg
Segundo	Arroz rossejat	FE 6,52mg
Postre	Fruta	HDC 107,38g
Cena	Espárragos con jamón Sandwich vegetal /Fruta	LIP 40,60g

20	Ensalada fresca ecológica	KCAL 817,04
Entrante		PROT 53,74g
Primero	Sopa de cocido con verduras ecológicas y fideos	CA 303,64mg
Segundo	Pollo al horno con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)	FE 7,68mg
Postre	Yogur Artesano	HDC 74,26g
Cena	Brochetas de verduras Pescado blanco /Fruta	LIP 36,80g

21	Ensalada fresca ecológica	KCAL 722,76
Entrante		PROT 29,45g
Primero	Garbanzos con verduras P/ECO	CA 316,83mg
Segundo	Tortilla de patata con queso fresco	FE 10,54mg
Postre	Fruta ECO	HDC 97,73g
Cena	Crema de puerros Carne blanca /Fruta	LIP 23,90g

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

25	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL 1060,30
Entrante		PROT 31,43g
Primero	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	CA 175,32mg
Segundo	Calamares a la andaluza con salsa tártara	FE 5,92mg
Postre	Fruta	HDC 94,42g
Cena	Parrillada de verduras Carne roja magra /Fruta	LIP 61,82g

26	Ensalada fresca ecológica	KCAL 688,75
Entrante		PROT 35,12g
Primero	Sopa minestrone	CA 150,65mg
Segundo	Solomillo al horno en salsita con patatas	FE 5,92mg
Postre	Fruta	HDC 99,05g
Cena	Patatas al gratén Hamburguesa de soja /Fruta	LIP 32,92g

27	Lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas y piña	KCAL 572,68
Entrante		PROT 42,52g
Primero	Canelones gratinados	CA 380,88mg
Segundo	Merluza a la marinera	FE 2,90mg
Postre	Yogur natural valenciano	HDC 36,49g
Cena	Wok de verduras Huevos al plato /Fruta	LIP 27,87g

28	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria	KCAL 870,13
Entrante		PROT 37,34g
Primero	Lentejas con verduras P/ECO	CA 292,24mg
Segundo	Pizza margarita	FE 7,65mg
Postre	Fruta ECO	HDC 135,03g
Cena	Champiñones gratinados Pescado azul /Fruta	LIP 20,57g

		KCAL
Entrante		PROT
Primero		CA
Segundo		FE
Postre		HDC
Cena		LIP

		KCAL
Entrante		PROT
Primero		CA
Segundo		FE
Postre		HDC
Cena		LIP

		KCAL
Entrante		PROT
Primero		CA
Segundo		FE
Postre		HDC
Cena		LIP

		KCAL
Entrante		PROT
Primero		CA
Segundo		FE
Postre		HDC
Cena		LIP

		KCAL
Entrante		PROT
Primero		CA
Segundo		FE
Postre		HDC
Cena		LIP