

CEIP CARRASQUER

usuario: carrasquer

contraseña: 1497_carrasquer

Març - 2026 MENU MENSUAL
CARRASQUER

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera
Maduixot, Taronja

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1497

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1^a 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·lèrgogens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.

2 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 977,61 PROT 39,60g CA 381,69mg FE 6,71mg HDC 121,07g LIP 39,59g 1º Macarrons a la piemontesa Escòrpora a l'esquena amb pèsols 2º Fruita P Carabasseta a la planxa Carn blanca /Fruita S	3 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 809,62 PROT 33,69g CA 433,16mg FE 10,85mg HDC 106,70g LIP 29,04g 1º Estofat de cigrons amb bledes 2º Truita de creïlla amb samfaina P Iogurt S Cous cous amb especies Peix a la llima /Fruita	4 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 825,62 PROT 44,46g CA 206,66mg FE 9,16mg HDC 125,50g LIP 26,29g 1º Sopa d'olla 2º Putxero (cigrons , verdures, pollastre) P Fruita S Bròquil al vapor Mandonguilles vegetals /Fruita	5 E Ensalada fresca ecològica KCAL 837,22 PROT 28,58g CA 124,43mg FE 5,28mg HDC 121,81g LIP 25,90g 1º Quesadillas de vegetals, polit i formatge crema 2º Arròs rossejat P Fruita S Wok de verdures Truita de ceba /Fruita	6 E Ensalada fresca ecològica KCAL 930,79 PROT 47,77g CA 201,91mg FE 11,28mg HDC 107,63g LIP 34,90g 1º Llenties a l'hortolana P/ECO 2º Pepito valencià casolà P Fruita ECO S Amanida completa Peix blanc /Fruita
9 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 971,87 PROT 20,87g CA 191,23mg FE 4,47mg HDC 93,20g LIP 57,09g 1º Crema de carabassa i boniato torrat amb tostons integrals 2º Ragout de magre amb arròs pilaf integral P Fruita S Escalivada Peix blau /Fruita	10 E DIA DE LA TRUITA DE CREÏLLA Ensalada de verdures de temporada KCAL 784,71 PROT 33,03g CA 280,11mg FE 9,79mg HDC 115,43g LIP 21,70g 1º Fesols estofats amb verdures 2º Truita de creïlla amb formatge fresc P Fruita S Creïlles cuites Carn roja magra /Fruita	11 E Ensalada fresca ecològica KCAL 866,39 PROT 30,86g CA 181,16mg FE 5,49mg HDC 125,23g LIP 27,81g 1º Arròs de secret y carbassa 2º Abadejo a la bilbaina amb bròquil P Fruita ECO S Minestra saltejada Hamburguesa de llenties /Fruita	12 E Ensalada fresca ecològica KCAL 779,00 PROT 43,87g CA 294,47mg FE 6,35mg HDC 111,45g LIP 33,05g 1º Sopa minestrone amb verdures ECO 2º Pollastre rostit amb creïlles rostides 'tex-mex' P Iogurt S Bajoqueta saltejada Peix al papillote /Fruita	13 E DIA DE BARBACOA KCAL PROT CA FE HDC LIP Broquetes de verdures Mandonguilles vegetals /Fruita
16 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 739,52 PROT 22,95g CA 157,28mg FE 81,56g HDC 46,84g 1º Estofat de creïlles i verdures de temporada amb majado 2º Llomello a la planxa amb puré de poma P Fruita S Crema de porro Truita de formatge /Fruita	17 E Festiu KCAL PROT CA FE HDC LIP S	18 E Festiu KCAL PROT CA FE HDC LIP S	19 E Festiu KCAL PROT CA FE HDC LIP S	20 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 959,03 PROT 33,56g CA 177,08mg FE 6,03mg HDC 127,23g LIP 36,30g 1º Arròs a la cubana (tomaca i ou) 2º Suprema de lluç amb carlota vichy P Fruita S Graellada de verdures Carn blanca /Fruita
23 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 812,00 PROT 40,82g CA 354,80mg FE 6,62mg HDC 125,22g LIP 32,62g 1º Espirals *pomodoro amb formatge 2º Lluç a la marinera P Fruita S Amanida completa Carn d'au /Fruita	24 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 944,24 PROT 37,31g CA 380,26mg FE 10,20mg HDC 101,56g LIP 53,36g 1º Cigrons estofats amb verdures 2º Escalopa de llom (empanat casolà) amb creïlles P Iogurt S Panolla amb sal Peix blanc /Fruita	25 E Ensalada fresca ecològica KCAL 765,70 PROT 53,33g CA 159,69mg FE 7,83mg HDC 87,02g LIP 30,05g 1º Sopa d'olla 2º Pollastre al forn amb verdures P Fruita S Xips de moniato al forn Remenat de verdures /Fruita	26 E Ensalada fresca ecològica KCAL 902,17 PROT 34,06g CA 193,12mg FE 10,14mg HDC 89,94g LIP 45,85g 1º Ensalada de creïlla i verdures amb ous farcits 2º Arròs al forn (cigró, costella, creïlla i tomaca) P Fruita ECO S Broquetes de verdures Carn d'au /Fruita	27 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 769,22 PROT 31,43g CA 175,48mg FE 9,66mg HDC 119,12g LIP 19,71g 1º Llenties amb verdures P/ECO 2º Truita de creïlla i pa amb oli i pebre roig P Fruita S Cous cous amb especies Peix blanc /Fruita
30 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 901,95 PROT 43,40g CA 221,74mg FE 6,62mg HDC 88,66g LIP 41,50g 1º Crema festival de llegums amb tostons integrals 2º Hamburguesa a la planxa amb panolla P Fruita S Creïlles cuites Peix a la llima /Fruita	31 E Ensalada de verdures de temporada KCAL 871,06 PROT 31,82g CA 242,86mg FE 9,66mg HDC 99,76g LIP 38,70g 1º Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal 2º Truita d'espínacs amb milfulls de tomaca P Fruita S Carabasseta a la planxa Carn d'au /Fruita	E KCAL PROT CA FE HDC LIP S	E KCAL PROT CA FE HDC LIP S	E KCAL PROT CA FE HDC LIP S

CEIP CARRASQUER

usuario: carrasquer
contraseña: 1497_carrasquer

Marzo - 2026 MENU MENSUAL
CARRASQUER

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera
Fresón, Naranja

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1497

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



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, celiacía, etc. La evaluación nutricional
se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se pre-
paran conforme a las directrices de la "Guía de menús
de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

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

2 E Ensalada de verduras de temporada 1º Caracolas a la piamontesa 2º Gallineta a la espalda con guisantes P Fruta S Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta	3 E Ensalada de verduras de temporada 1º Estofado de garbanzos con acelgas 2º Tortilla de patata con pisto P Yogur S Cous cous con especias Pescado al limón /Fruta	4 E Ensalada de verduras de temporada 1º Sopa de cocido 2º Cocido completo (garbanzos , verduras, pollo) P Fruta S Brócoli al vapor Albóndigas vegetales /Fruta	5 E Ensalada fresca ecológica 1º Quesadillas de vegetales, pavo y queso crema 2º Arròs rossejat P Fruta S Wok de verduras Tortilla de cebolla /Fruta	6 E Ensalada fresca ecológica 1º Lentejas a la hortelana P/ECO 2º Pepito valenciano casero P Fruta ECO S Ensalada completa Pescado blanco /Fruta
9 E Ensalada de verduras de temporada 1º Crema de calabaza y boniato asado con tostones integrales 2º Ragout de magro con arroz pilaf integral P Fruta S Escalivada Pescado azul /Fruta	10 E DÍA DE LA TORTILLA DE PATATA Ensalada de verduras de temporada 1º Pochas estofadas con verduras 2º Tortilla de patata con queso fresco P Fruta S Patatas cocidas Carne roja magra /Fruta	11 E Ensalada fresca ecológica 1º Arroz de secreto y calabaza 2º Abadejo a la bilbaina con brócoli P Fruta ECO S Menestra salteada Hamburguesa de lentejas /Fruta	12 E Ensalada fresca ecológica 1º Sopa minestrone con verduras ECO 2º Pollo asado con patatas asadas tex-mex P Yogur S Judías verdes salteadas Pescado al papillote /Fruta	13 E DIA DE BARBACOA 1º 2º P S Brochetas de verduras Albóndigas vegetales /Fruta
16 E Ensalada de verduras de temporada 1º Guisado de patatas y verduras de temporada con majado 2º Lomo de cerdo a la plancha con puré de manzana P Fruta S Crema de puerros Tortilla de queso /Fruta	17 E Festivo 1º 2º P S	18 E Festivo 1º 2º P S	19 E Festivo 1º 2º P S	20 E Ensalada de verduras de temporada 1º Arroz a la cubana (tomate y huevo) 2º Suprema de merluza con zanahoria vichy P Fruta S Parrillada de verduras Carne blanca /Fruta
23 E Ensalada de verduras de temporada 1º Espirales pomodoro con queso 2º Merluza a la marinera P Fruta S Ensalada completa Carne de ave /Fruta	24 E Ensalada de verduras de temporada 1º Garbanzos estofados con verduras 2º Escalope de lomo (empanado casero) con patatas P Yogur S Mazorca de maíz con sal Pescado blanco /Fruta	25 E Ensalada fresca ecológica 1º Sopa de cocido 2º Pollo al horno con verduras P Fruta S Chips de boniato al horno Revuelto de verduras /Fruta	26 E Ensalada fresca ecológica 1º Ensaladilla con huevos rellenos 2º Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) P Fruta ECO S Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta	27 E Ensalada de verduras de temporada 1º Lentejas con verduras P/ECO 2º Tortilla de patata y pan con aceite y pimentón P Fruta S Cous cous con especias Pescado blanco /Fruta
30 E Ensalada de verduras de temporada 1º Crema festival de legumbres con tostones integrales 2º Hamburguesa a la plancha con mazorca de maíz P Fruta S Patatas cocidas Pescado al limón /Fruta	31 E Ensalada de verduras de temporada 1º Macarrones integrales con boloñesa vegetal 2º Tortilla de espinacas con millojas de tomate P Fruta S Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S