

La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre.

3 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Creïlles a la riojana amb xoriço Bacallà a la biscaina (tomaca, pimentó ceba) Fruita Broquetes de verdures Ou /Fruita KCAL 857,35 PROT 26,73g CA 184,68mg FE 5,94mg HDC 82,13g LIP 47,47g	4 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Potatge de cigrons amb bledes Cap de llom al forn amb xampinyó amb coues coues Fruita Xips de moniato al forn Peix a la llima /Fruita KCAL 830,01 PROT 37,81g CA 236,45mg FE 11,72mg HDC 100,61g LIP 47,99g	5 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Macarrons integrals a la italiana (tomaca, formatge) amb oli d'alfàbega Salmó al forn amb bròquil Iogurt Xampinyons gratinats Hamburguesa de soja /Fruita KCAL 703,04 PROT 31,26g CA 333,73mg FE 5,93mg HDC 69,59g LIP 32,89g	6 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Ous gratinats Arròs amb fesols i naps Fruita Crema de porro Carn blanca /Fruita KCAL 779,79 PROT 38,46g CA 271,04mg FE 8,35mg HDC 77,54g LIP 35,36g	7 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Lentilles amb verdures P/ECO Pollastre al forn amb creïlles forera Fruita ECO/proximitat Cous cous amb especies Peix al papillote /Fruita KCAL 800,39 PROT 46,28g CA 160,91mg FE 9,10mg HDC 99,09g LIP 25,03g
10 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Hèlices a la genovesa amb soja vegetal Escòrpora a l'esquena amb verdures Fruita Minestra saltejada Carn roja magra /Fruita KCAL 777,68 PROT 35,77g CA 198,87mg FE 6,11mg HDC 125,50g LIP 32,23g	11 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Fesols a l'hortolana Pizza de pernil dolç i formatge Fruita Wok de verdures Peix blau /Fruita KCAL 761,39 PROT 33,66g CA 348,29mg FE 8,06mg HDC 115,18g LIP 18,69g	12 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Sopa de putxero amb verdures ECO Pollastre al forn amb creïlles Iogurt Artesà Amanida completa Remenat d'espínacs /Fruita KCAL 676,44 PROT 51,56g CA 298,44mg FE 7,27mg HDC 57,61g LIP 30,55g	13 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Arròs rossejat Abadejo al forn amb pèsols Fruita Carabasseta a la plantxa Carn d'au /Fruita KCAL 748,40 PROT 32,58g CA 159,01mg FE 6,02mg HDC 91,85g LIP 27,96g	14 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Crema de carabassa i moniato torrat P/ECO Ragout de magre amb pasta caragols de mar Fruita ECO/proximitat Escalivada Peix blanc /Fruita KCAL 980,39 PROT 28,37g CA 230,53mg FE 5,91mg HDC 133,48g LIP 49,55g
17 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Lentilles a l'hortolana P/ECO Goulash de titot amb nyoquis Fruita Sopa de quinoa Carn blanca magra /Fruita KCAL 1115,34 PROT 65,77g CA 192,14mg FE 13,06mg HDC 163,94g LIP 30,09g	18 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Hummus de cigrons "Quesadilla" vegetal amb alvocat Arròs caldós de costelles i bolets amb verdures Fruita Graellada de verdures Peix blanc /Fruita KCAL 825,81 PROT 26,54g CA 263,86mg FE 5,67mg HDC 114,63g LIP 28,93g	19 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Crema festival de llegums amb tostons integrals Truita de creïlla amb formatge fresc Iogurt Amanida completa Peix a la llima /Fruita KCAL 820,05 PROT 37,94g CA 454,69mg FE 10,58mg HDC 91,92g LIP 32,94g	20 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Espaguetis integrals amb olives negres Filet de lluç fresc al forn amb carlota vichy Fruita ECO Coliflor amb creïlla Carn blanca /Fruita KCAL 874,75 PROT 43,20g CA 269,05mg FE 8,22mg HDC 112,93g LIP 28,49g	21 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Sopa de peix amb gambes Pollastre al forn amb samfaina Fruita ECO/proximitat Ceba tendra i pimentó roig plantxa Truita de ceba /Fruita KCAL 558,79 PROT 42,91g CA 168,98mg FE 5,50mg HDC 69,92g LIP 21,17g
24 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Macarrons integrals a la napolitana (tomaca, ceba, formatge) Abadejo en salsa mery amb bajoquetes Fruita Carabasseta a la plantxa Carn d'au /Fruita KCAL 796,21 PROT 27,38g CA 255,36mg FE 5,28mg HDC 119,44g LIP 25,75g	25 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Hummus de cigrons Amanida completa Paella valenciana amb pollastre de camp Fruita ECO Bullit valencià Ou /Fruita KCAL 862,62 PROT 42,29g CA 295,63mg FE 7,00mg HDC 115,21g LIP 25,63g	26 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Potaje de garbanzos Truita de creïlla i pa amb tomaca i oli Iogurt Albergínia gratinada al forn Peix blau /Fruita KCAL 827,06 PROT 31,96g CA 357,78mg FE 9,29mg HDC 111,54g LIP 28,70g	27 E 1º 2º P S BLACK AND WHITE FEST Ensalada fresca ecològica Estrelles de Hollywood (Sopa d'estrelles) Rotllets de suspens (Friand de pasta fullada farcida) Black and white brownie Tosta d'hummus Hamburguesa de soja /Fruita KCAL 961,58 PROT 29,72g CA 152,30mg FE 5,50mg HDC 99,79g LIP 61,63g	28 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecològica Crema de lentilles roges amb verdures P/ECO amb llet de coco Mandonguilles estile marroquina Fruita ECO/proximitat Creïlles cuites Peix blanc /Fruita KCAL 917,27 PROT 37,93g CA 184,66mg FE 9,50mg HDC 117,20g LIP 33,84g
E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP

CEIP Alejandra Soler

usuario: alejandra_soler
contraseña: 1174_alejandra_soler

Noviembre - 2025 Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera
Persimon, Mandarina

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1174

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista
colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los
comensales, razones éticas, alergias y otras patologías
etc. La evaluación nutricional está basa en el grupo de
edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las
directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible
en la cocina y en la dirección del centro.

3 E Ensalada fresca ecológica KCAL 857,35 PROT 26,73g CA 184,68mg FE 5,84mg HDC 82,13g LIP 47,47g 1º Patatas a la riojana con chorizo 2º Bacalao a la vizcaína (tomate, pimientos y cebolla) P Fruta Brochetas de verduras Huevo /Fruta	4 E Ensalada fresca ecológica KCAL 830,01 PROT 37,81g CA 236,45mg FE 11,72mg HDC 100,61g LIP 47,99g 1º Potaje de garbanzos con acelgas 2º Cabeza de lomo al horno con champiñón con cous cous P Fruta Chips de boniato al horno Pescado al limón /Fruta	5 E Ensalada fresca ecológica KCAL 703,04 PROT 31,26g CA 333,73mg FE 5,93mg HDC 69,59g LIP 32,89g 1º Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso) con aceite de albahaca 2º Salmón al horno con brócoli P Yogur Champiñones gratinados Hamburguesa de soja /Fruta	6 E Ensalada fresca ecológica KCAL 779,79 PROT 38,46g CA 271,04mg FE 8,35mg HDC 77,54g LIP 35,36g 1º Huevos al gratén 2º Arròs amb fesols i naps P Fruta Crema de puerros Carne blanca /Fruta	7 E Ensalada fresca ecológica KCAL 800,39 PROT 46,28g CA 160,91mg FE 9,10mg HDC 99,09g LIP 25,03g 1º Lentejas con verduras P/ECO 2º Pollo al horno con patatas panadera P Fruta ECO/proximidad Cous cous con especias Pescado al papillote /Fruta
10 E Ensalada fresca ecológica KCAL 777,68 PROT 35,77g CA 198,87mg FE 6,11mg HDC 125,50g LIP 32,23g 1º Hélices a la genovesa con soja vegetal 2º Gallineta a la espalda con verduras P Fruta Menestra salteada Carne roja magra /Fruta	11 E Ensalada fresca ecológica KCAL 761,39 PROT 33,66g CA 348,29mg FE 8,06mg HDC 115,18g LIP 18,69g 1º Alubias a la hortelana 2º Pizza de jamón cocido y queso P Fruta Wok de verduras Pescado azul /Fruta	12 E Ensalada fresca ecológica KCAL 676,44 PROT 51,56g CA 298,44mg FE 7,27mg HDC 57,61g LIP 30,55g 1º Sopa de cocido con verduras ECO 2º Pollo al horno con patatas P Yogur Artesano Ensalada completa Revuelto de espinacas /Fruta	13 E Ensalada fresca ecológica KCAL 748,40 PROT 32,58g CA 159,01mg FE 6,02mg HDC 91,85g LIP 27,96g 1º Arròs rossejat 2º Abadejo al horno con guisantes P Fruta Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	14 E Ensalada fresca ecológica KCAL 980,39 PROT 28,37g CA 230,53mg FE 5,91mg HDC 133,48g LIP 49,55g 1º Crema de calabaza y boniato asado P/ECO 2º Ragout de magro con caracolas P Fruta ECO/proximidad Escalivada Pescado blanco /Fruta
17 E Ensalada fresca ecológica KCAL 1115,34 PROT 65,77g CA 192,14mg FE 13,06mg HDC 163,94g LIP 30,09g 1º Lentejas a la hortelana P/ECO 2º Goulash de pavo con gnocchis P Fruta Sopa de quinoa Carne blanca magra /Fruta	18 E Ensalada fresca ecológica KCAL 825,81 PROT 26,54g CA 263,86mg FE 5,67mg HDC 114,63g LIP 28,93g 1º Quesadilla vegetal con aguacate 2º Arroz caldoso de costillas y setas con verduras P Fruta Parrillada de verduras Pescado blanco /Fruta	19 E Ensalada fresca ecológica KCAL 820,05 PROT 37,94g CA 454,69mg FE 5,67mg HDC 91,92g LIP 32,94g 1º Crema festival de legumbres con tostones integrales 2º Tortilla de patata con queso fresco P Yogur Ensalada completa Pescado al limón /Fruta	20 E Ensalada fresca ecológica KCAL 874,75 PROT 43,20g CA 269,05mg FE 8,22mg HDC 112,93g LIP 28,49g 1º Espaguetis integrales con tapenade 2º Filete de merluza fresca al horno con zanahoria vichy P Fruta ECO Coliflor con patata Carne blanca /Fruta	21 E Ensalada fresca ecológica KCAL 558,79 PROT 42,91g CA 168,98mg FE 5,50mg HDC 69,92g LIP 21,17g 1º Sopa de pescado con gambitas 2º Pollo al horno con samfaina P Fruta ECO/proximidad Cebolleta y pimiento rojo plancha Tortilla de cebolla /Fruta
24 E Ensalada fresca ecológica KCAL 796,21 PROT 27,38g CA 255,36mg FE 5,28mg HDC 119,44g LIP 25,75g 1º Macarrones integrales a la napolitana gratinados 2º Abadejo en salsa mery con judías verdes P Fruta Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	25 E Ensalada fresca ecológica KCAL 862,62 PROT 42,29g CA 295,63mg FE 7,00mg HDC 115,21g LIP 25,63g 1º Ensalada completa 2º Paella valenciana con pollo de campo P Fruta ECO Hervido valenciano Huevo /Fruta	26 E Ensalada fresca ecológica KCAL 827,06 PROT 31,96g CA 357,78mg FE 9,29mg HDC 111,54g LIP 28,70g 1º Potaje de garbanzos 2º Tortilla de patata y pan con tomate y aceite P Yogur Berenjena gratinada al horno Pescado azul /Fruta	27 E BLACK AND WHITE FEST Ensalada fresca ecológica KCAL 961,58 PROT 29,72g CA 152,30mg FE 5,50mg HDC 99,79g LIP 61,63g 1º Estrellas de Hollywood (Sopa de estrellitas) 2º Rollitos de suspense (Friand de hojaldre relleno) P Black and white brownie Tosta de hummus Hamburguesa de soja /Fruta	28 E Ensalada fresca ecológica KCAL 917,27 PROT 37,93g CA 184,66mg FE 9,50mg HDC 117,20g LIP 33,84g 1º Crema de lentejas rojas con verduras P/ECO con leche de coco 2º Albóndigas estilo marroquí P Fruta ECO/proximidad Patatas cocidas Pescado blanco /Fruta
E KCAL PROT CA FE HDC LIP	E KCAL PROT CA FE HDC LIP	E KCAL PROT CA FE HDC LIP	E KCAL PROT CA FE HDC LIP	E KCAL PROT CA FE HDC LIP