

CEIP Les Terretes

usuario: les_terretes

contraseña: 14_les_terretes

Setembre - 2025 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Pinya, Meló
Meló d'Alger, Poma

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 14

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



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

Menú revisat per la nutricionista col·legiada Laura Guillem, Núm. CV00275
Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.
L'avaluació nutricional està basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la normativa vigent en cada comunitat.

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

E 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP
8 Ensalada de verdres de temporada Arros tres delícies amb salsa de soja Mandonguilles a la jardineria Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 9 Ensalada fresca ecològica Lentilles amb verdres P/ECO Truita de creïlla amb formatge tovallo valencià Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 10 Ensalada de verdres de temporada Sopa minestrone Pollastre al romer amb pimentó torrat Iogur natural Bajoqueta saltejada Torrada de tomata, formatge fresc i anxoves KCAL PROT CA FE HDC LIP 11 Ensalada fresca ecològica Macarrons integrals napolitana amb formatge Lluç a la marinera Fruita ECO KCAL PROT CA FE HDC LIP 12 Gaspaxo andalus Ensalada de cigrons, vegetals i formatge feta Goulash de magre amb arros integral Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP				
15 Ensalada fresca de temporada amb fruita Crema de lentilles roges amb tostones Llonganisses amb tomaca Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 16 Ensalada de verdres de temporada Pasta als 4 formatges Escòrpora a la menier amb pèsols Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 17 Ensalada fresca ecològica Fesols amb verdres ecològiques P/ECO Pizza Colevisa Iogurt Xampinyons gratinats Salmó al papillote /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 18 Ensalada fresca ecològica Sopa de bullit amb cigrons i verdres Truita de creïlla amb croquetes Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 19 SETMANA DE LA PAILLA Ensalada de verdres de temporada Calamars amb salsa de tomàquet Paella valenciana amb pollastre de camp Fruita ECO KCAL PROT CA FE HDC LIP				
22 Ensalada de verdres de temporada Espaguetis integrals a la italiana amb alfàbega fresca Lluç a la provençal amb albergínia planxa Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 23 Ensalada de verdres de temporada Cigrons amb verdres Titot al curri amb creïlles Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 24 Hummus de cigrons Arros a la cubana (tomaca i ou) Llucet enfarinat amb amanida valenciana Batut casolà de fruites Faves saltejades amb alls tendres Titot a tacs amb carabasseta /Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 25 Ensalada fresca ecològica Sopa d'olla amb cigrons Ales de pollastre a la barbacoa (Infantil: contracuixa desossada) amb panolla de dacsà Fruita ECO KCAL PROT CA FE HDC LIP 26 Ensalada fresca ecològica Lentilles amb verdres i poma P/ECO Truita de formatge amb pa, tomaca i pernil Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP				
29 Ensalada de verdres de temporada Fideuà de verdres i xampinyons Crunch de salmó amb tomaca concassada Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 30 Ensalada de verdres de temporada Crema de porros i carabassa P/ECO Ous gratinats (tomaca, tonyina, pimentó) Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP				
1º 2º P KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º P <				

CEIP Les Terretes

usuario: les_terretes

contraseña: 14_les_terretes

Septiembre - 2025 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña, Melón
Sandía, Manzana

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 14

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.

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

8	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 918,20
E		PROT
1º	Arroz tres delicias con salsa de soja	28,26g
		CA 116,45mg
		FE 4,81mg
2º	Albóndigas a la jardinera	4,81mg
		HDC
P	Fruta	97,42g
		LIP 45,94g

9	Ensalada fresca ecológica	KCAL 917,07
E		PROT
1º	Lentejas con verduras P/ECO	39,43g
		CA 351,50mg
		FE 9,70mg
2º	Tortilla de patata con queso servilleta valenciano	9,70mg
		HDC
P	Fruta	104,71g
		LIP 38,50g

10	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 776,51
E		PROT
1º	Sopa minestrone	48,67g
		CA 290,75mg
		FE 5,52mg
2º	Pollo al romero con pimiento asado	5,52mg
		HDC
P	Yogur natural	98,77g
		LIP 36,62g

11	Ensalada fresca ecológica	KCAL 929,80
E		PROT
1º	Macarrones integrales napolitana con queso	43,65g
		CA 393,26mg
		FE 6,40mg
2º	Merluza a la marinera	6,40mg
		HDC
P	Fruta ECO	137,89g
		LIP 25,07g

12	Gazpacho andaluz	KCAL 807,60
E		PROT
1º	Ensalada de garbanzos, vegetales y queso feta	36,27g
		CA 161,92mg
		FE 7,40mg
2º	Goulash de magro con arroz integral	7,40mg
		HDC
P	Fruta	105,99g
		LIP 27,18g

15	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL 858,52
E		PROT
1º	Crema de lentejas rojas con tostones	35,77g
		CA 185,56mg
		FE 10,13mg
2º	Longanizas con tomate	5,39mg
		HDC
P	Fruta	118,58g
		LIP 27,97g

16	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 827,49
E		PROT
1º	Caracolas a los 4 quesos	33,85g
		CA 388,06mg
		FE 5,39mg
2º	Gallineta a la menier con guisantes	7,15mg
		HDC
P	Fruta	102,45g
		LIP 34,13g

17	Ensalada fresca ecológica	KCAL 827,94
E		PROT
1º	Alubias blancas con verduras P/ECO	37,81g
		CA 437,06mg
		FE 7,15mg
2º	Pizza Colevisa	7,15mg
		HDC
P	Yogur	110,32g
		LIP 26,07g

18	Ensalada fresca ecológica	KCAL 980,09
E		PROT
1º	Sopa de cocido con verdura y garbanzos	37,25g
		CA 175,06mg
		FE 8,84mg
2º	Tortilla de patata con croquetas	8,84mg
		HDC
P	Fruta	110,41g
		LIP 48,50g

19	SEMANA DE LA PAELLA	KCAL 980,09
E	Ensalada de verduras de temporada	709,25
		PROT
1º	Calamares con salsa de tomate	38,35g
		CA 197,11mg
		FE 5,39mg
2º	Paella valenciana con pollo de campo	5,39mg
		HDC
P	Fruta ECO	94,36g
		LIP 19,32g

22	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 839,12
E		PROT
1º	Espaguetis integrales a la italiana con albahaca fresca	32,60g
		CA 318,26mg
		FE 5,72mg
2º	Merluza a la provenzal con berenjena plancha	5,72mg
		HDC
P	Fruta	118,06g
		LIP 28,52g

23	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 829,09
E		PROT
1º	Garbanzos con verduras	39,04g
		CA 214,67mg
		FE 9,38mg
2º	Pavo al curry con patatas	9,38mg
		HDC
P	Fruta	96,42g
		LIP 31,72g

24	Hummus de garbanzos	KCAL 918,25
E		PROT
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	39,07g
		CA 339,61mg
		FE 6,91mg
2º	Pescadilla enharinada con ensalada valenciana	6,91mg
		HDC
P	Batido casero de frutas	114,11g
		LIP 34,46g

25	Ensalada fresca ecológica	KCAL 836,06
E		PROT
1º	Sopa de cocido con garbanzos	40,79g
		CA 148,90mg
		FE 6,93mg
2º	Alitas de pollo a la barbacoa (Infantil: contramuslo deshuesado) con mazorca de maíz	6,93mg
		HDC
P	Fruta ECO	102,95g
		LIP 30,46g

26	Ensalada fresca ecológica	KCAL 900,03
E		PROT
1º	Lentejas con verduras y manzana P/ECO	44,50g
		CA 491,04mg
		FE 10,48mg
2º	Tortilla de queso con pan, tomate y jamón	10,48mg
		HDC
P	Fruta	90,19g
		LIP 40,65g

29	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 895,19
E		PROT
1º	Fideuà de verduras y champiñones	39,17g
		CA 132,26mg
		FE 6,29mg
2º	Crunch de salmón con tomate concassé	6,29mg
		HDC
P	Fruta	144,84g
		LIP 43,36g

30	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 787,07
E		PROT
1º	Crema de puerros y calabaza P/ECO	27,39g
		CA 279,06mg
		FE 6,57mg
2º	Huevos al gratén (tomate, atún, pimiento)	6,57mg
		HDC
P	Fruta	77,27g
		LIP 42,46g

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			LIP

	E		KCAL
	1º		PROT
	2º		CA
P			FE
			HDC
			L