

CEIP Les Terretes

usuario: les_terretes
contraseña: 14_les_terretes

Febrer - 2026 Mensual Basal

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: 14

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



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·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 verdres de temporada	KCAL 768,75 PROT 37,82g CA 296,13mg FE 6,91mg HDC 99,62g LIP 25,04g	S
	1º	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge		
	2º	Lluç a la planxa amb bajoquetes saltades		
	P	Fruita		
	S	Carabasseta a la planxa Carn d'au /Fruita		

3	E	Festiu	KCAL PROT CA FE HDC LIP	S
	1º			
	2º			
	P			
	S			

4	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 746,46 PROT 24,73g CA 319,08mg FE 5,03mg HDC 95,71g LIP 31,63g	S
	1º	Arròs de verdres d'hivern		
	2º	Truita francesa amb torra de xampinyons gratinats		
	P	Iogurt		
	S	Amanida completa Carn blanca magra /Fruita		

5	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 753,36 PROT 49,47g CA 165,60mg FE 8,34mg HDC 85,06g LIP 27,36g	S
	1º	Sopa de putxero amb verdres ECO		
	2º	Pollo a l'ast amb creïlles		
	P	Fruita ECO		
	S	Pèsols amb pernil i ceba Peix blau /Fruita		

6	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 910,17 PROT 27,99g CA 270,49mg FE 9,40mg HDC 120,79g LIP 35,01g	S
	1º	Estofat de cigrons amb bledes		
	2º	Mandonguilles en salsa amb arròs pilaf integral		
	P	Fruita		
	S	Carabassa i creïlla al microones Truita de formatge /Fruita		

9	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 809,10 PROT 25,38g CA 167,29mg FE 6,84mg HDC 98,70g LIP 35,80g	S
	1º	Llenties amb verdres i arròs		
	2º	Coca de titaina valenciana		
	P	Fruita		
	S	Bròquil al vapor Peix a la llima /Fruita		

10	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 866,08 PROT 31,22g CA 157,95mg FE 5,29mg HDC 114,51g LIP 34,65g	S
	1º	Pasta amb salsa de carabassa i formatge		
	2º	Aladroc en tempura amb carlota vichy		
	P	Fruita		
	S	Ceba tendra i pimentó roig plantxa Remenat de verdres /Fruita		

11	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 866,08 PROT 57,45g CA 363,46mg FE 10,13mg HDC 95,61g LIP 36,76g	S
	1º	Sopa de putxero amb verdres ECO		
	2º	Putxero amb pilota		
	P	Iogurt		
	S	Torrada de verdres gratinades Peix al papillote /Fruita		

12	E	Amanida de col	KCAL 800,90 PROT 26,29g CA 119,41mg FE 7,23mg HDC 98,93g LIP 33,61g	S
	1º	Ensalada russa amb ou i tonyina		
	2º	Arròs al forn (cigró, costella, creïlla i tomaca)		
	P	Fruita ECO		
	S	Amanida completa Carn blanca magra /Fruita		

13	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g	S
	1º	Crema bretona de fesols		
	2º	Pit de pollastre a la crema amb creïlles		
	P	Fruita		
	S	Panolla amb sal Peix blau /Fruita		

16	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 807,65 PROT 36,52g CA 181,86mg FE 6,67mg HDC 109,50g LIP 37,29g	S
	1º	Estofat de creïlles i verdres de temporada amb majado		
	2º	Titot al curri amb pasta caragols de mar		
	P	Fruita		
	S	Xips de moniato al forn Peix blanc /Fruita		

17	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 818,87 PROT 25,32g CA 187,24mg FE 5,27mg HDC 87,26g LIP 41,16g	S
	1º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)		
	2º	Lluç amb salsa mery amb bròquil ECO		
	P	Fruita		
	S	Escalivada Carn blanca /Fruita		

18	E	Ensalada d'enciams d'hivern	KCAL 751,97 PROT 40,20g CA 357,12mg FE 8,68mg HDC 72,13g LIP 33,06g	S
	1º	Potatge de cigrons amb espinacs		
	2º	Aletes de pollastre a la mel i llima amb creïlles a l'all		
	P	Iogurt		
	S	Wok de verdres Truita de tonyina i carabasseta /Fruita		

19	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 781,35 PROT 25,94g CA 208,60mg FE 3,83mg HDC 84,08g LIP 39,20g	S
	1º	Crema de chirivía i porro amb tostones		
	2º	Canelons gratinats amb beixamel de coliflor		
	P	Fruita ECO		
	S	Broquetes de verdres Peix blanc /Fruita		

20	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 766,94 PROT 32,60g CA 332,78mg FE 9,53mg HDC 109,74g LIP 22,21g	S
	1º	"Olleta de la plana"		
	2º	Truita de creïlla amb formatge		
	P	Fruita		
	S	Amanida completa Pizza casolana de verdres fresques de		

23	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 794,65 PROT 27,87g CA 335,43mg FE 7,52mg HDC 106,73g LIP 30,55g	S
	1º	Espaguetis integrals a la italiana		
	2º	Truita d'espinacs i pa amb oli i pebre roig		
	P	Fruita		
	S	Crema de porro Carn d'au /Fruita		

24	E	COLOUR FEST Roses (Infantil: Dacsa saltada)	KCAL 979,22 PROT 44,75g CA 214,95mg FE 6,56mg HDC 96,79g LIP 52,66g	S
	1º	Sopa de cinema		
	2º	Costelles Hollywood amb creïlles		
	P	Coca casolana de pel·lícula		
	S	Coliflor gratinada Peix blau /Fruita		

25	E	Crudités de verdres amb salsa de iogurt	KCAL 801,80 PROT 31,01g CA 336,71mg FE 6,35mg HDC 100,04g LIP 30,85g	S
	1º	Llenties amb verdres P/ECO		
	2º	Bunyols de bacallà amb amanida ecològica		
	P	Iogurt		
	S	Xampinyons gratinats Carn roja magra /Fruita		

26	E	Hummus de chirivía	KCAL 742,51 PROT 28,83g CA 163,38mg FE 6,37mg HDC 112,02g LIP 20,48g	S
	1º	Amanida valenciana (espàrracs, ou i tonyina)		
	2º	Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals)		
	P	Fruita ECO		
	S	Carlota adobada amb pèsols Remenat d'alls tendres /Fruita		

27	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 918,85 PROT 41,07g CA 236,85mg FE 12,23mg HDC 104,75g LIP 54,63g	S
	1º	Crema festival de llegums amb tostones integrals		
	2º	Cap de llom rostida amb salsa de bolets amb cous cous		
	P	Fruita		
	S	Creïlles cuites Peix blanc /Fruita		

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

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

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

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

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

CEIP Les Terretes

usuario: les_terretes

contraseña: 14_les_terretes

Febrero - 2026 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera
Fresón, Naranja

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 14

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, 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 servirá pan integral un día a la semana.

2 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales con boloñesa vegetal, tomate y queso Merluza a la plancha con judías verdes salteadas Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 768,75 37,82g 296,13mg 6,91mg 99,62g 25,04g S	3 E 1º 2º P Festivo KCAL ROT CA FE HDC LIP S	4 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Arroz de verduras de invierno Tortilla francesa con tosta de champiñones gratinados Yogur Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 761,46 24,73g 319,08mg 5,03mg 95,71g 31,63g S	5 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Sopa de cocido con verduras ECO Pollo a l'ast con patatas Fruta ECO Guisantes con cebolla y jamón Pescado azul /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 753,36 49,47g 165,60mg 8,34mg 85,06g 27,36g S	6 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Estofado de garbanzos con acelgas Albóndigas en salsa con arroz pilaf integral Fruta Calabaza y patata al microondas Tortilla de queso /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 910,17 27,99g 270,49mg 9,40mg 120,79g 35,01g S
9 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Lentejas con verduras y arroz Coca de titaina valenciana Fruta Brócoli al vapor Pescado al limón /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 809,10 25,38g 167,29mg 6,84mg 98,70g 35,80g S	10 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Caracolas con salsa de calabaza y queso Boquerones enharinados con zanahorias vichy Fruta Cebolleta y pimiento rojo plancha Revuelto de verduras /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 761,00 31,22g 157,95mg 29,29mg 114,51g 34,65g S	11 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Sopa de cocido con verduras ECO Cocido completo con pelota Yogur Tosta de verduras gratinadas Pescado al papillote /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 866,08 57,45g 363,46mg 10,13mg 95,61g 36,76g S	12 E 1º 2º P Ensalada de col Ensaladilla con huevo y atún Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) Fruta ECO Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 800,90 26,29g 119,41mg 7,23mg 98,93g 33,61g S	13 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Crema bretona de alubias Pechuga pollo a la crema con patatas Fruta Mazorca de maíz con sal Pescado azul /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 810,35 41,89g 273,86mg 9,22mg 99,23g 27,53g S
16 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Guisado de patatas y verduras de temporada con majado Pavo al curry con caracolas Fruta Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 807,65 36,52g 181,86mg 6,67mg 109,50g 37,29g S	17 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Arroz a la cubana (tomate y huevo) Merluza en salsa mery con brócoli ECO Fruta Escalivada Carne blanca /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 818,87 25,32g 187,24mg 5,27mg 87,26g 41,16g S	18 E 1º 2º P Ensalada de lechugas de invierno Potaje de garbanzos con espinacas Alitas de pollo a la miel y limón con patatas al ajillo Yogur Wok de verduras Tortilla de atún y calabacín /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 811,97 40,20g 357,12mg 8,68mg 72,13g 33,06g S	19 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Crema de chirivía y puerro con tostones Canelones gratinados con bechamel coliflor Fruta ECO Brochetas de verduras Pescado blanco /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 781,35 25,94g 208,60mg 8,83mg 84,08g 39,20g S	20 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Olleta de la plana Tortilla de patata con queso Fruta Ensalada completa Pizza casera de verduras frescas de temporada KCAL ROT CA FE HDC LIP 766,94 32,60g 332,78mg 9,53mg 109,74g 22,21g S
23 E 1º 2º P Ensalada de verduras de temporada Espaguetis integrales a la italiana Tortilla de espinacas y pan con aceite pimentón Fruta Crema de puerros Carne de ave /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 794,65 27,87g 335,43mg 7,52mg 106,73g 30,55g S	24 E 1º 2º P COLOUR FEST Palomitas (Infantil: Maíz salteado) Sopa de cine Costillas Hollywood con patatas Coca casera de película Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 979,22 44,75g 214,95mg 6,56mg 96,79g 52,66g S	25 E 1º 2º P Crudités de verduras con salsa de yogur Lentejas con verduras P/ECO Buñuelos de bacalao con ensalada ecológica Yogur Champiñones gratinados Carne roja magra /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 801,80 31,01g 336,71mg 6,35mg 100,04g 30,85g S	26 E 1º 2º P Hummus de chirivía Ensalada valenciana (espárragos, huevo y atún) Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales) Fruta ECO Zanahoria aliñada con guisantes Revuelto de ajos tiernos /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 742,51 28,83g 163,38mg 6,37mg 112,02g 20,48g S	27 E 1º 2º P Ensalada fresca ecológica Crema festival de legumbres con tostones integrales Cabeza de lomo asada con salsa de setas con cous cous Fruta Patatas cocidas Pescado blanco /Fruta KCAL ROT CA FE HDC LIP 918,85 41,07g 236,85mg 12,23mg 104,75g 54,63g S
E 1º 2º P KCAL ROT CA FE HDC LIP S	E 1º 2º P KCAL ROT CA FE HDC LIP S	E 1º 2º P KCAL ROT CA FE HDC LIP S	E 1º 2º P KCAL ROT CA FE HDC LIP S	E 1º 2º P KCAL ROT CA FE HDC LIP S