

CEIP Pablo Neruda

usuario: ceip_pablo_neruda
 contraseña: 179_ceip_pablo_neruda

Octubre - 2023 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

pera, poma
 banana, persimon

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 40

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, N.ºm. CV00275
 Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.
 L'avaluació nutricional està basada 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.

<p>(tomaca, formatge)</p> <p>215,38mg FE 6,75mg HDC 111,06g LIP 34,01g</p> <p>Escòrpora a l'andalusa (arrebossat casolà) amb saltejat thai</p> <p>Fruita</p> <p>Carabasseta a la plantxa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>171,55mg FE 7,57mg HDC 105,62g LIP 33,11g</p> <p>Pollastre a la mel amb pimentó italià</p> <p>Fruita</p> <p>Carlota adobada amb pèsols Peix a la llima /Fruita</p>	<p>657,95mg FE 6,89mg HDC 72,14g LIP 45,84g</p> <p>temporada amb "majado"</p> <p>Truita de formatge amb tomaca grillé</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Wok de verdures Sandvitx vegetal /Fruita</p>	<p>145,84mg FE 7,32mg HDC 101,77g LIP 26,65g</p> <p>Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>Fruita</p> <p>Sopa de verdures Carn blanca /Fruita</p>	<p>305,56mg FE 8,58mg HDC 97,70g LIP 36,07g</p> <p>Polit al curri amb cous cous</p> <p>Lacti</p> <p>Torrada gratinada de formatge i xampinyó Ou Fruita</p>
<p>9</p> <p>Festiu</p>	<p>10</p> <p>Encisam, olives, dacs i tomaca</p> <p>Sopa d'au amb pasta</p> <p>Llonganisses amb creïlles</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida completa Truita de xampinyons /Fruita</p>	<p>11</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Cigrons amb verdures P/ECO</p> <p>Pizza margarida</p> <p>Fruita</p> <p>Taboule de couscous Peix al papillote /Fruita</p>	<p>12</p> <p>Festiu</p>	<p>13</p> <p>Festiu</p>
<p>16</p> <p>Encisam, tomaca, carlota i poma</p> <p>Llenties estofades (carn magra, creïlla, ceba, carlota)</p> <p>Abadejo a la lionesa</p> <p>Fruita</p> <p>Bròquil al vapor Carn blanca /Fruita</p>	<p>17</p> <p>Encisam, tomaca, carlota i cogombre</p> <p>Bullit valencià (Infantil: Puré de bullit)</p> <p>Escalopa de llom (empanat casolà) amb samfaina (pimentó, tomaca, ceba)</p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia gratinada al forn Hamburguesa de llegums /Fruita</p>	<p>18</p> <p>Tosta de ajoarriero</p> <p>Amanida completa amb tonyina, ou i olives</p> <p>Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Quinoa amb espècies Peix blau Fruita</p>	<p>19</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Fesols amb verdures ecològiques - P/ECO</p> <p>Truita de creïlla amb tomaca en oli d'alfàbega</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Carn blanca Fruita</p>	<p>20</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Capritx de calamar amb salsa tàrtara cassolana</p> <p>Iogurt natural valencià</p> <p>Ceba tendra i pimentó roig plantxa Carn d'au /Fruita</p>
<p>23</p> <p>Encisam, olives, dacs i tomaca</p> <p>Crema festival de llegums amb tostons integrals</p> <p>Magre en salsa de bolets amb arròs pilaf</p> <p>Fruita</p> <p>Creïlles cuites Peix al papillote Fruita</p>	<p>24</p> <p>Encisam, tomaca, carlota i ceba</p> <p>Fideus a la cassola amb verdures de temporada</p> <p>Abadeget enfarinat casolà amb bròcol al vapor</p> <p>Fruita</p> <p>Espinacs saltejats Carn d'au Fruita</p>	<p>25</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Sopa d'olla (vedella, porc, au) amb verdures ECO</p> <p>Bullit complet (carn, cigrons, creïlla, verdures) amb pilota</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Amanida de cogombre, tomata i formatge fresc Croquetes casolanes de llegums Fruita</p>	<p>26</p> <p>Xips de boniato</p> <p>Pastís de verdures</p> <p>Arròs amb bledes</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de xampinyó Ous al plat Fruita</p>	<p>27</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Llenties a la jardineria amb poma</p> <p>Pollastre a la llima amb creïlles</p> <p>Iogurt Artesà</p> <p>Verdures saltejades amb arròs Peix blanc Fruita</p>
<p>30</p> <p>Encisam, pimentó, tomaca i carlota</p> <p>Espaguetis integrals amb verdures, tomaca i formatge</p> <p>Truita d'espinacs i pa amb oli, sal i pebre roig</p> <p>Fruita</p> <p>Graellada de verdures Carn magra de porc Fruita</p>	<p>31</p> <p>HALLOWEEN Cementeri d'hummus</p> <p>Calder de bruixa (crema de pèsols)</p> <p>Ales de ratpenat amb ossos de zombi (Ales de pollastre amb creïlles)</p> <p>Taüt de coca en illanda</p> <p>Coliflor gratinada Peix a la llima Fruita</p>			

CEIP Pablo Neruda

usuario: ceip_pablo_neruda
contraseña: 179_ceip_pablo_neruda

Octubre - 2023 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

pera, manzana
banana, persimon

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 40

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avenida. 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, Nº CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los
comensales, razones éticas, alergias y otras patologías
etc. La evaluación nutricional está basada 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.

<p>215,38mg FE 6,75mg HDC 111,06g LIP 34,01g</p> <p>Gallineta a la andaluza (rebozado casero) con salteado thai</p> <p>Fruta</p> <p>Calabacín a la plancha Carne roja magra /Fruta</p>	<p>171,55mg FE 7,57mg HDC 105,62g LIP 33,11g</p> <p>Pollo a la miel con pimiento italiano</p> <p>Fruta</p> <p>Zanahoria aliñada con guisantes Pescado al limón /Fruta</p>	<p>657,95mg FE 6,89mg HDC 72,14g LIP 45,84g</p> <p>temporada con majado</p> <p>Tortilla de queso con tomate grillé</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Wok de verduras Sandwich vegetal /Fruta</p>	<p>145,84mg FE 7,32mg HDC 101,77g LIP 26,65g</p> <p>Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>Fruta</p> <p>Sopa de verduras Carne blanca /Fruta</p>	<p>305,56mg FE 8,56mg HDC 97,70g LIP 36,07g</p> <p>Pavo al curry con cous cous</p> <p>Lácteo</p> <p>Tosta gratinada de queso y champiñón Huevo Fruta</p>
<p>9</p> <p>E</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>10</p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, olivas, maíz y tomate</p> <p>2º Sopa de ave con fideos</p> <p>3º Longanizas con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Ensalada completa Tortilla de champiñones /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>11</p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Garbanzos con verduras P/ECO</p> <p>3º Pizza margarita</p> <p>Fruta</p> <p>Tabulé de couscous Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>12</p> <p>E</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>13</p> <p>E</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>16</p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, zanahoria y manzana</p> <p>2º Lentejas estofadas (magro de cerdo, patata, cebolla, zanahoria)</p> <p>3º Bacalao a la lionesa</p> <p>Fruta</p> <p>Brócoli al vapor Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>17</p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, zanahoria y pepino</p> <p>2º Hervido valenciano (Infantil: Puré de hervido)</p> <p>3º Escalope de lomo (empanado casero) con pisto (pimiento, tomate, cebolla)</p> <p>Fruta</p> <p>Berenjena gratinada al horno Hamburguesa de legumbres /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>18</p> <p>E</p> <p>1º Tosta de ajoarriero</p> <p>2º Ensalada completa con atún, huevo y aceitunas</p> <p>3º Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Quinoa con especias Pescado azul Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>19</p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Alubias blancas con verduras - P/ECO</p> <p>3º Tortilla de patata con tomate en aceite de albahaca</p> <p>Fruta</p> <p>Brochetas de verduras Carne blanca Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>20</p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>3º Capricho de calamar con salsa tártara casera</p> <p>4º Yogur natural valenciano</p> <p>5º Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne de ave /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>23</p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, olivas, maíz y tomate</p> <p>2º Crema festival de legumbres con tostones integrales</p> <p>3º Magro en salsa de setas con arroz pilaf</p> <p>Fruta</p> <p>Patatas cocidas Pescado al papillote Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>24</p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, zanahoria y cebolla</p> <p>2º Fideos a la cazuela con verduras de temporada</p> <p>3º Bacaladilla enharinada casera con brócoli al vapor</p> <p>Fruta</p> <p>Espinacas salteadas Carne de ave Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>25</p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO</p> <p>3º Cocido completo (carne, garbanzos, patata, verduras) con pelota</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Ensalada de pepino, tomate y queso fresco Croquetas caseras de legumbres Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>26</p> <p>E</p> <p>1º Chips de boniato</p> <p>2º Pastel de verduras</p> <p>3º Arroz con acelgas</p> <p>Fruta</p> <p>Crema de champiñón Huevos al plato Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>27</p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Lentejas a la jardinera con manzana</p> <p>3º Pollo al limón con patatas</p> <p>4º Yogur Artesano</p> <p>5º Verduras salteadas con arroz Pescado blanco Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>30</p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, pimiento, tomate y zanahoria</p> <p>2º Espaguetis integrales con verduras, tomate y queso</p> <p>3º Tortilla de espinacas con pan con aceite, sal y pimentón</p> <p>Fruta</p> <p>Parrillada de verduras Carne magra de cerdo Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E</p> <p>1º HALLOWEEN Cementerio de hummus</p> <p>2º Caldero de bruja (crema de guisantes)</p> <p>3º Alitas de murciélago con huesos de zombi (Alitas de pollo con patatas)</p> <p>4º Atáúd de bizcocho</p> <p>5º Coliflor gratinada Pescado al limón Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>			