

CEIP Pablo Neruda

usuari: ceip_pablo_neruda
 contraseña: 179_ceip_pablo_neruda

Febrer - 2024 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

banana, pera
 kiwi, maduixot
 taronja, poma

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 40

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassat (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 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>1</p> <p>E Amanida de col</p> <p>1º Pasta a la italiana</p> <p>2º Abadejo a la biscaina amb bròquil</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL 873,82 PROT 36,89g CA 415,30mg FE 6,08mg HDC 139,53g LIP 37,32g</p>	<p>2</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Fabada vegetal</p> <p>2º Escalopa de llom empanat amb creïlles rostides</p> <p>P Iogurt natural valencià</p> <p>S Crema de verdures Carn blanca /Fruita</p> <p>KCAL 872,41 PROT 43,89g CA 370,06mg FE 0,82mg HDC 96,07g LIP 44,65g</p>	<p>5</p> <p>E Encisam, tomaca, dacs i carlota</p> <p>1º Llentilles amb verdures i majado</p> <p>2º Truita de creïlla amb formatge fresc</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carlota adobada amb pèsols Mandonguilles vegetals /Fruita</p> <p>KCAL 793,37 PROT 36,52g CA 195,29mg FE 9,48mg HDC 117,48g LIP 20,27g</p>	<p>6</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Macarrons integrals caprese</p> <p>2º Suquet de peix</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Wok de verdures Carn magra de porc /Fruita</p> <p>KCAL 787,36 PROT 33,19g CA 261,22mg FE 6,00mg HDC 108,92g LIP 26,20g</p>	<p>7</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Sopa d'olla amb verdures ECO</p> <p>2º Putxero</p> <p>P Fruita</p> <p>S Xips de moniato al forn Peix blau /Fruita</p> <p>KCAL 787,74 PROT 45,82g CA 215,84mg FE 10,35mg HDC 122,86g LIP 22,14g</p>	<p>8</p> <p>E Tosta de xampinyó gratinat</p> <p>1º Ensaladilla (tonyina, ou, creïlla, pèsol, maionesa)</p> <p>2º Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>P Fruita</p> <p>S Cous cous amb especies Sandvitx vegetal amb formatge /Fruita</p> <p>KCAL 783,48 PROT 27,67g CA 182,73mg FE 5,17mg HDC 90,75g LIP 34,86g</p>	<p>9</p> <p>DIA MUNDIAL DELS LLEGUMS</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Crema festival de llegums P/ECO amb tostons</p> <p>2º Longanisses amb samfaina</p> <p>P Lacti</p> <p>S Coliflor gratinada Peix blanc /Fruita</p> <p>KCAL 840,83 PROT 33,85g CA 384,81mg FE 9,90mg HDC 81,71g LIP 41,89g</p>	<p>12</p> <p>E Hummus de cigrons amb pics de pa</p> <p>1º Fideuà de verdures i soja</p> <p>2º Crunch de salmó amb amanida</p> <p>P Fruita</p> <p>S Espàrracs amb pernil Ou /Fruita</p> <p>KCAL 790,23 PROT 41,37g CA 157,74mg FE 7,64mg HDC 137,25g LIP 28,90g</p>	<p>13</p> <p>E Encisam, tomaca, dacs i carlota</p> <p>1º Fesols amb verdures</p> <p>2º Pollastre marinat al forn amb anelles de ceba</p> <p>P Fruita</p> <p>S Panolla amb sal Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL 887,23 PROT 34,47g CA 156,37mg FE 6,89mg HDC 99,33g LIP 39,76g</p>	<p>14</p> <p>E Encisam, tomaca, poma i formatge ratllat</p> <p>1º Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>2º Luç amb salsa</p> <p>P Fruita</p> <p>S Escalivada Hamburguesa de llegums /Fruita</p> <p>KCAL 793,20 PROT 35,74g CA 231,44mg FE 4,98mg HDC 86,07g LIP 33,91g</p>	<p>15</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Puré d'hortalisses i verdures fresques de temporada</p> <p>2º Rellom de porc al forn amb cous cous</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Broquetes de verdures Peix al papillote /Fruita</p> <p>KCAL 798,66 PROT 33,97g CA 160,00mg FE 5,78mg HDC 89,15g LIP 36,77g</p>	<p>16</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Llentilles estofades P/ECO amb arròs integral</p> <p>2º Truita d'albergina amb formatge fresc</p> <p>P Iogurt Artesà</p> <p>S Crepe de verdures Carn blanca /Fruita</p> <p>KCAL 832,37 PROT 39,94g CA 368,15mg FE 8,91mg HDC 91,04g LIP 33,95g</p>	<p>19</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Gratén de patates</p> <p>2º Luç a la marinera amb pèsols</p> <p>P Fruita</p> <p>S Espinacs amb beixamel Carn d'au /Fruita</p> <p>KCAL 940,18 PROT 43,73g CA 338,64mg FE 6,02mg HDC 50,24g LIP 62,46g</p>	<p>20</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i remolatxa cuita</p> <p>1º Sopa de bullit</p> <p>2º Llomello a la planxa amb samfaina</p> <p>P Fruita</p> <p>S "Fajita" casolana Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL 748,77 PROT 58,81g CA 131,76mg FE 13,05mg HDC 85,74g LIP 47,11g</p>	<p>21</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Cigrons amb verdures P/ECO</p> <p>2º Truita de creïlla amb pernil</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Ceba tendra i pimentó roig plantxa Carn roja magra /Fruita</p> <p>KCAL 835,10 PROT 33,29g CA 274,03mg FE 11,92mg HDC 104,19g LIP 31,85g</p>	<p>22</p> <p>E Hummus de remolatxa</p> <p>1º Amanida valenciana (espàrracs, ou i tonyina)</p> <p>2º Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals)</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de porro Broquetes de tofu /Fruita</p> <p>KCAL 874,30 PROT 29,21g CA 149,62mg FE 6,01mg HDC 115,95g LIP 33,56g</p>	<p>23</p> <p>E Amanida de col</p> <p>1º Bunyols de bacallà</p> <p>2º Olleta vegetal de la plana</p> <p>P Lacti</p> <p>S Minestra saltejada Remenat de bròquil i formatge /Fruita</p> <p>KCAL 788,54 PROT 28,35g CA 309,31mg FE 6,37mg HDC 116,26g LIP 23,07g</p>	<p>26</p> <p>E Encisam, tomaca, dacs i carlota</p> <p>1º Llentilles a l'hortolana</p> <p>2º Truita de creïlla amb pa, oli, sal i pebre roig</p> <p>P Fruita</p> <p>S Sopa de quinoa Carn blanca /Fruita</p> <p>KCAL 919,45 PROT 48,49g CA 150,73mg FE 11,31mg HDC 113,20g LIP 31,06g</p>	<p>27</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Espaguetis integrals amb salsa de carabassa</p> <p>2º Pollastre rostit en la seua bresa amb pimentó torrat</p> <p>P Fruita</p> <p>S Graellada de verdures Peix blau /Fruita</p> <p>KCAL 796,58 PROT 39,78g CA 170,05mg FE 6,26mg HDC 105,05g LIP 26,42g</p>	<p>28</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º "Fajita" de pernil dolç i formatge</p> <p>2º Arròs amb bledes (P/ECO)</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Bajoqueta saltejada Remenat d'alls tendres /Fruita</p> <p>KCAL 796,52 PROT 57,84g CA 259,25mg FE 4,35mg HDC 115,73g LIP 59,45g</p>	<p>29</p> <p>FESTIVAL DEL JAPÓ</p> <p>E Ensalada amb brots de soja i col</p> <p>1º Sopa oriental</p> <p>2º Polit fregit a l'estil japonès amb saltat de verdures</p> <p>P Kasutera (bescuit nipó)</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL 960,70 PROT 43,27g CA 190,53mg FE 6,52mg HDC 123,41g LIP 33,84g</p>	<p>30</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Sopa de llegums</p> <p>2º Truita de creïlla amb formatge fresc</p> <p>P Iogurt Artesà</p> <p>S Crema de porro Broquetes de tofu /Fruita</p> <p>KCAL 874,30 PROT 29,21g CA 149,62mg FE 6,01mg HDC 115,95g LIP 33,56g</p>
---	--	---	---	--	--	--	---	---	--	---	---	--	--	---	---	---	---	---	--	---	--

CEIP Pablo Neruda

usuario: ceip_pablo_neruda
contraseña: 179_ceip_pablo_neruda

Febrero - 2024 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

banana, pera
kiwi, fresón
naranja, manzana

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 40

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 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>1</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>2</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>3</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>4</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>5</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>6</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>7</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>8</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>9</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>10</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>11</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>12</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>13</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>14</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>15</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>16</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>17</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>18</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>19</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>20</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>21</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>22</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>23</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>24</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>25</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>26</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>27</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>28</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>29</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>30</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---