COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

CEIP Trullàs

usuario: trullas

contraseña: 23_trullas

Novembre - 2024 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma
Pera, Persimon
Mandarina

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP App Store / Google Play

EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 23

VALOR DIFERENCIADOR

RECETA VEGETARIANA · PESCA SOSTENIBLE · PRODUCTOS ECOLÓGICOS · RECETA FOODIE · GASTRONOMÍA TRADICIONAL · PRODUCTO DE TEMPORADA · PRODUCTO LOCAL KM.0

AL·LÈRGENS

API · CACAUETS · FRUITS DE CORFA · SÉSAM · CRUSTACIS · LÀCTIS · SULFITS · OU · GLUTEN · PEIX · SOJA · MOL·LUSCOS · TRAMUSSOS · MOSTASSA

AENOR GESTIÓN DE LA CALIDAD ISO 9001 ER-0788/2011 ER-0787/2011 · AENOR GESTIÓN AMBIENTAL ISO 14001 GA-2013/0155 GA-2013/0155 · Km.0

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

Disposem 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·lergògens està disponible en la cuina i en la direcció del centre.

	1º	2º	P	S	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	Festiu									
4	Hummus de cigrons amb crudités de carlota	Espaguetis a la carbonara	Suprema de lluç amb bròquil	Lacti	816,88	39,07g	524,20mg	5,43mg	94,97g	42,62g
				Carabasseta a la plantxa / Remenat d'espinacs						
5	Amanida de col ECO	Sopa d'olla amb verdures ECO	Truita de carbassó amb samfaina	Fruita	717,02	33,66g	208,33mg	8,92mg	80,63g	33,16g
				Ceba tendra i pimentó roig plantxa / Peix blanc						
6	**DIA VERD** Amanida de verdures de temporada	Arròs amb bledes	Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles	Fruita	751,23	42,62g	171,85mg	7,17mg	95,23g	21,03g
				Wok de verdures / Carn roja magra						
7	Amanida de verdures de temporada	Crema de pésols i carlota amb tostons	Goulash de magre amb gnocchis	Fruita ECO	820,19	35,21g	140,80mg	6,73mg	120,77g	31,82g
				Minestra saltejada / Peix al papillote						
8	**DIA VERD** Amanida fresca ecològica	Llentilles estofades P/ECO	Truita de creïlla amb pa, oli, sal i pebre roig	Fruita	809,93	32,24g	158,52mg	10,13mg	115,52g	25,21g
				Panolla amb sal / Carn blanca						
11	Ensalada de temporada amb mandarina	Guisat de creïlles i verdures de temporada amb majado	Xuleta de gall d'indi amb arròs blanc	Iogurt valencià	845,11	38,54g	297,52mg	5,88mg	88,47g	36,07g
				Crema de carabasseta / Peix a la llima						
12	**DIA VERD** Amanida de verdures de temporada	Fideuà de verdures, bolets i soja	Truita d'albergina	Fruita	657,57	28,98g	138,75mg	6,28mg	132,54g	24,65g
				Creïlles gratinades amb formatge / Carn blanca magra						
13	Amanida fresca ecològica	Cigrons amb espinacs	Pizza de xampinyó, pernil dolç i formatge	Fruita ECO	772,62	32,05g	347,57mg	8,45mg	105,73g	24,51g
				Graellada de verdures / Peix blau						
14	Hummus de cigrons ambs pics de pa	Ensalada completa amb alvocat i magrana	Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp	Fruita	783,52	26,29g	174,72mg	6,16mg	115,34g	24,76g
				Bullit valencià / Hamburguesa de soja						
15	Amanida fresca ecològica	Crema de fesols i carabassa P/ECO amb xips de carabassa ECO	Abadejo en tempura amb samfaina	Fruita	816,13	31,31g	232,79mg	8,40mg	106,09g	30,30g
				Xampinyons gratinats / Ou						
18	Ensalada de temporada amb magrana	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal	Lluç a la provençal con salteado campestre	Lacti	790,39	34,49g	366,84mg	6,77mg	103,78g	26,38g
				Bròquil al vapor / Carn d'au						
19	**DIA VERD** Amanida de verdures de temporada	Fabada vegetal	Truita francesa amb formatge fresc	Fruita	729,69	33,54g	275,69mg	9,53mg	68,47g	35,90g
				Amanida completa / Pizza casolana de verdures fresques de						
20	Amanida de verdures de temporada	Sopa de fideus amb verdures	Truita de carbassó amb samfaina	Fruita	861,36	33,28g	211,31mg	8,63mg	93,30g	45,75g
				Broquetes de verdures / Peix blanc						
21	Amanida de col ECO	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	Llucet a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana	Fruita	897,84	31,36g	165,31mg	5,04mg	104,78g	39,19g
				Crema de carabassa / Carn roja magra						
22	Amanida fresca ecològica	Llentilles amb verdures P/ECO	Llonganisses amb tomaca	Fruita ECO	722,17	28,95g	149,81mg	8,67mg	94,29g	26,41g
				Tosta d'hummus / Truita de ceba						
25	Amanida de verdures de temporada	Creïlles a la riojana amb xoriço	Truita de carabasseta i formatge	Fruita	852,79	24,41g	238,49mg	5,61mg	72,54g	52,39g
				Wok de verdures / Carn blanca						
26	Amanida fresca ecològica	Sopa d'olla amb verdures ECO	Hamburguesa a la planxa amb creïlles	Fruita	759,11	45,02g	142,42mg	8,00mg	67,58g	38,81g
				Carlota adobada amb pèsols / Peix a la llima						
27	Torrada d'hummus	Arròs rossejat	Rabes enfarinades amb amanida	Fruita	942,65	29,67g	177,22mg	7,34mg	134,89g	31,01g
				Bajoqueta saltejada / Remenat de verdures						
28	**FESTIVAL GALÀCTIC** Amanida de col	Via làctia (Crema de porotos i formatge) amb roques lunars	Llom adobat amb asteroides (creïlles parisien)		942,84	36,13g	166,50mg	7,76mg	89,40g	63,51g
				Carabasseta a la plantxa / Peix blanc						
29	Amanida fresca ecològica	Espaguetis integrals a la italiana	Gallineta a la marinera	Fruita ECO	761,04	32,42g	344,94mg	6,13mg	106,03g	24,53g
				Xips de moniato al forn / Carn roja magra						

COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

CEIP Trullàs

usuario: trullas

contraseña: 23_trullas

Noviembre - 2024 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Persimon
Mandarina

DESCARGA NUESTRA APP App Store Google Play

TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 23

VALOR DIFERENCIADOR

RECETA VEGETARIANA · PESCA SOSTENIBLE · PRODUCTOS ECOLÓGICOS · RECETA FOODIE · GASTRONOMÍA TRADICIONAL · PRODUCTO DE TEMPORADA · PRODUCTO LOCAL KM.0

ALERGENOS

APIO · CACAHUETES · FRUTOS SECOS · SÉSAMO · CRUSTACEOS · LÁCTEOS · SULFITOS · HUEVO · GLUTEN · PESCADO · SOJA · MOLUSCOS · ALTRAMUCES · MOSTAZA

AENOR GESTIÓN DE LA CALIDAD ISO 9001 ER-0788/2011 SER-0787/2011 · AENOR GESTIÓN AMBIENTAL ISO 14001 GA-2013/0155 GA-2013/0155

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, Nº 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.

	1º	2º	P	C
1	Festivo			
4	Hummus de garbanzos con crudités de zanahoria	Espaguetis a la carbonara / Suprema de merluza con brócoli	Lácteo	Calabacín a la plancha / Revuelto de espinacas /Fruta
5	Ensalada de col ECO	Sopa de cocido con verduras ECO / Tortilla de calabacín con pisto	Fruta	Cebolleta y pimiento rojo plancha / Pescado blanco /Fruta
6	**DÍA VERDE** Ensalada de verduras de temporada	Arroz con acelgas / Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas	Fruta	Wok de verduras / Carne roja magra /Fruta
7	Ensalada de verduras de temporada	Crema de guisantes y zanahoria con tostones / Goulash de magro con gnocchis	Fruta ECO	Menestra salteada / Pescado al papillote /Fruta
8	**DÍA VERDE** Ensalada fresca ecológica	Lentejas estofadas P/ECO / Tortilla de patata con pan con aceite, sal y pimentón	Fruta	Mazorca de maíz con sal / Carne blanca /Fruta
11	Ensalada de temporada con mandarina	Guisado de patatas y verduras de temporada con majado / Chuleta de pavo con arroz blanco	Yogur valenciano	Crema de calabacín / Pescado al limón /Fruta
12	**DÍA VERDE** Ensalada de verduras de temporada	Fideua de verduras, setas y soja / Tortilla de berenjena	Fruta	Patatas gratinadas con queso / Carne blanca magra /Fruta
13	Ensalada fresca ecológica	Garbanzos con espinacas / Pizza de champiñón, jamón cocido y queso	Fruta ECO	Parrillada de verduras / Pescado azul /Fruta
14	Hummus de garbanzos con picos de pan	Ensalada completa con aguacate y granada / Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo	Fruta	Hervido valenciano / Hamburguesa de soja /Fruta
15	Ensalada fresca ecológica	Crema de alubias y calabaza P/ECO con chips de calabaza ECO / Bacalao en tempura con samfaina	Fruta	Champiñones gratinados / Huevo /Fruta
18	Ensalada de temporada con granada	Macarrones integrales con boloñesa vegetal / Merluza a la provenzal con salteado campestre	Lácteo	Brócoli al vapor / Carne de ave /Fruta
19	**DÍA VERDE** Ensalada de verduras de temporada	Fabada vegetal / Tortilla francesa con queso fresco	Fruta	Ensalada completa / Pizza casera de verduras frescas de temporada
20	Ensalada de verduras de temporada	Sopa de fideos con verduras / Tortilla de calabacín con pisto	Fruta	Brochetas de verduras / Pescado blanco /Fruta
21	Ensalada de col ECO	Arroz a la cubana (tomate y huevo) / Pescadilla a la andaluza con salsa tártara casera	Fruta	Crema de calabaza / Carne roja magra /Fruta
22	Ensalada fresca ecológica	Lentejas con verduras P/ECO / Longanizas con tomate	Fruta ECO	Tosta de hummus / Tortilla de cebolla /Fruta
25	Ensalada de verduras de temporada	Patatas a la riojana con chorizo / Tortilla de calabacín y queso	Fruta	Wok de verduras / Carne blanca /Fruta
26	Ensalada fresca ecológica	Sopa de cocido con verduras ECO / Hamburguesa a la plancha con patatas	Fruta	Zanahoria aliñada con guisantes / Pescado al limón /Fruta
27	Tosta de hummus	Arròs rossejat / Rabas enharinadas con ensalada	Fruta	Judías verdes salteadas / Revuelto de verduras /Fruta
28	**FESTIVAL GALÁCTICO** Ensalada de col	Vía láctea (Crema de porotos y queso) con rocas lunares (tostones) / Lomo adobado con asteroides (patatas parisien)	Agujero negro (Dot choco)	Calabacín a la plancha / Pescado blanco /Fruta
29	Ensalada fresca ecológica	Espaguetis integrales a la italiana / Gallineta a la marinera	Fruta ECO	Chips de boniato al horno / Carne roja magra /Fruta

	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
4	816,88	39,07g	524,20mg	5,43mg	94,97g	42,62g
5	717,02	33,66g	208,33mg	8,92mg	80,63g	33,16g
6	751,23	42,62g	171,85mg	7,17mg	95,23g	21,03g
7	820,19	35,21g	140,80mg	6,73mg	120,77g	31,82g
8	809,93	32,24g	158,52mg	10,13mg	115,52g	25,21g
11	845,11	38,54g	297,52mg	5,88mg	88,47g	36,07g
12	657,57	28,98g	138,75mg	6,28mg	132,54g	24,65g
13	772,62	32,05g	347,57mg	8,45mg	105,73g	24,51g
14	783,52	26,29g	174,72mg	6,16mg	115,34g	24,76g
15	816,13	31,31g	232,79mg	8,40mg	106,09g	30,30g
18	790,39	34,49g	366,84mg	6,77mg	103,78g	26,38g
19	729,69	33,54g	275,69mg	9,53mg	68,47g	35,90g
20	861,36	33,28g	211,31mg	8,63mg	93,30g	45,75g
21	897,84	31,36g	165,31mg	5,04mg	104,78g	39,19g
22	722,17	28,95g	149,81mg	8,67mg	94,29g	26,41g
25	852,79	24,41g	238,49mg	5,61mg	72,54g	52,39g
26	759,11	45,02g	142,42mg	8,00mg	67,58g	38,81g
27	942,65	29,67g	177,22mg	7,34mg	134,89g	31,01g
28	942,84	36,13g	166,50mg	7,76mg	89,40g	63,51g
29	761,04	32,42g	344,94mg	6,13mg	106,03g	24,53g