

## CEIP Comunitat Valenciana

usuàrio: comunitat\_valenciana  
 contraseña: 38\_comunitat\_valenciana

Setembre - 2024 Mensual Basal

### FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Pinya  
 Meló, Meló d'Alger  
 Poma

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 38

### 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  
 Disposem 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.

	E	PROT	CA	FE	HDC	LIP	
	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º						
	2º						
	P						
9	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, olives, carlota	935,87	29,42g	118,04mg		
	2º	Mandonguilles a la jardineria amb xampinyons	5,53mg	104,75g			
	P	Fruita		44,14g			
	S	Albergínia farcida de verdures					
		Peix a la llima /Fruita					
10	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida fresca ecològica	858,41	34,86g	351,07mg		
	2º	Lentilles amb verdures P/ECO					
	P	Truita de creilla amb samfaina cassolà	9,46mg	99,36g			
	S	Iogurt valencià		35,85g			
		Espàrrecs amb pernil					
		Carn blanca magra /Fruita					
11	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, ceba, cogombre, carlota	744,26	37,70g	278,22mg		
	2º	Macarrons a la napolitana					
	P	Lluç a la marinera	5,23mg	113,21g			
	S	Fruita		17,50g			
		Quinoa amb espècies					
		Truita de carabasseta i alvocat /Fruita					
12	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida fresca ecològica	876,87	36,20g	179,95mg		
	2º	Crema mediterrània de verdures de temporada amb tostons integrals					
	P	Pollastre al romer amb pimentó italià	6,77mg	97,29g			
	S	Fruita ECO		38,74g			
		Bajoqueta saltejada					
		Torrada de tomata, formatge fresc i anxoves					
13	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota	812,22	41,23g	315,85mg		
	2º	"Quesadilla" de pernil dolç i formatge					
	P	Fideuà de peix i marisc (fons de llotja)	6,62mg	145,16g			
	S	Fruita		27,55g			
		Pèsols amb pernil i ceba					
		Carn d'au /Fruita					
16	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida amb fruita	833,10	34,03g	421,41mg		
	2º	Pasta als 4 formatges					
	P	Abadejo a la biscaina	5,32mg	114,67g			
	S	Fruita		40,54g			
		Escalivada					
		Croquetes casolanes de llegums /Fruita					
17	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Gaspatxo de meló d'alger	793,50	46,59g	231,92mg		
	2º	Ensalada camperola (Infantil: Crema)					
	P	Hamburguesa 100% pollastre amb anelles de ceba	4,35mg	61,45g			
	S	Lacti		40,39g			
		Crepe de verdures					
		Peix blau /Fruita					
18	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida fresca ecològica	846,64	35,31g	167,07mg		
	2º	Sopa d'olla amb verdures i fideus					
	P	Truita de creïlles amb croquetes	8,37mg	103,66g			
	S	Fruita		37,48g			
		Espinacs saltejats amb panses i pinyons					
		Nuggets de Titot (Casolà) /Fruita					
19	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida fresca ecològica	987,87	35,01g	298,93mg		
	2º	Fesols amb verdures					
	P	Pizza Colevisa	8,01mg	134,84g			
	S	Fruita ECO		34,80g			
		Panolla amb sal					
		Remenat de bròquil i formatge /Fruita					
20	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	DIA MUNDIAL DE LA PIELLA	860,97	37,37g	192,65mg		
	2º	Torrada d'hummus de cigrons					
	P	Paella valenciana amb pollastre de camp	6,61mg	128,32g			
	S	Fruita		21,26g			
		Capritx de calamar amb amanida					
		Xampinyons gratinats					
		Salmó al papillote /Fruita					
23	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, dacsa, pimentó, carlota, formatge	898,16	39,08g	242,58mg		
	2º	Lentilles amb verdures i poma					
	P	Longanisses amb tomaca fregida	9,90mg	101,52g			
	S	Fruita		38,01g			
		Creïlles al gratén					
		Remenat de verdures /Fruita					
24	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, olives, carlota	938,18	26,44g	120,73mg		
	2º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)					
	P	Maire enfarinat amb salsa tàrtara	4,20mg	102,38g			
	S	Fruita		46,92g			
		Bullit de verdures					
		Truita de pernil dolç /Fruita					
25	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota	872,42	30,96g	113,46mg		
	2º	Crema de carlota i porro amb tostons					
	P	Aletes de pollastre/ Inf. Contracuíxa amb creïlles	5,31mg	94,44g			
	S	Fruita		42,46g			
		Faves saltejades amb alls tendres					
		Hamburguesa de lluç /Fruita					
26	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida fresca ecològica	802,66	37,76g	496,89mg		
	2º	Macarrons a la italiana amb alfàbega fresca					
	P	Lluç a la provençal amb verdures	4,94mg	109,15g			
	S	Iogurt Artesà		25,73g			
		Xips de moniato al forn					
		Carn blanca /Fruita					
27	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Amanida fresca ecològica	777,20	27,66g	229,28mg		
	2º	Cigrons amb verdures					
	P	Truita francesa amb pa, tomaca i pernil	8,81mg	88,82g			
	S	Fruita ECO		35,11g			
		Coliflor amb creïlla					
		Carn blanca magra /Fruita					
30	E	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
	1º	Encisam, tomaca, olives, pimentó i carlota	879,21	49,67g	144,15mg		
	2º	Sopa d'olla					
	P	Polit al curri amb creïlles	7,79mg	92,51g			
	S	Fruita		41,15g			
		Wok de verdures					
		Gambes saltejades amb bolet /Fruita					

## CEIP Comunitat Valenciana

usuario: comunitat\_valenciana  
 contraseña: 38\_comunitat\_valenciana

Septiembre - 2024 Mensual Basal

### FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña  
 Melón, Sandía  
 Manzana

DESCARGA NUESTRA APP

App Store | Google Play

TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 38

### 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.

Menú	Ingredientes	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria	935,87					
1º	Arroz tres delicias con salsa de soja	29,42g					
2º	Albóndigas a la jardinera con champiñones	5,53mg					
P	Fruta	104,75g					
9	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria	744,26					
1º	Macarrones a la napolitana	37,70g					
2º	Merluza a la marinera	5,23mg					
P	Fruta	113,21g					
10	Ensalada fresca ecológica	858,41					
1º	Lentejas con verduras P/ECO	34,86g					
2º	Tortilla de patata con pisto casero	9,46mg					
P	Yogur valenciano	99,36g					
11	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	812,22					
1º	Quesadilla de jamón york y queso	41,23g					
2º	Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)	6,62mg					
P	Fruta	145,16g					
12	Ensalada fresca ecológica	876,87					
1º	Crema mediterránea de verduras de temporada con tostones integrales	36,20g					
2º	Pollo al romero con pimiento italiano	6,77mg					
P	Fruta ECO	97,29g					
13	Ensalada fresca ecológica	833,10					
1º	Caracolas a los 4 quesos	34,03g					
2º	Bacalao a la vizcaína	5,32mg					
P	Fruta	114,67g					
14	Ensalada fresca ecológica	793,50					
1º	Ensalada campera (Infantil: Crema)	46,59g					
2º	Hamburguesa 100% pollo con aros de cebolla	4,35mg					
P	Lácteo	61,45g					
15	Ensalada fresca ecológica	846,64					
1º	Sopa de cocido con verduras y fideos	35,31g					
2º	Tortilla de patata con croquetas	8,37mg					
P	Fruta	103,66g					
16	Ensalada fresca ecológica	987,87					
1º	Alubias blancas con verduras	35,01g					
2º	Pizza Colevisa	8,01mg					
P	Fruta ECO	134,84g					
17	Ensalada fresca ecológica	860,97					
1º	Paella valenciana con pollo de campo	37,37g					
2º	Capricho de calamar con ensalada	6,61mg					
P	Fruta	128,32g					
18	Ensalada fresca ecológica	898,16					
1º	Lentejas con verduras y manzana	39,08g					
2º	Longanizas con tomate frito	9,90mg					
P	Fruta	101,52g					
19	Ensalada fresca ecológica	872,42					
1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g					
2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg					
P	Yogur Artesano	109,15g					
20	DÍA MUNDIAL DE LA PABELLA	860,97					
1º	Paella valenciana con pollo de campo	37,37g					
2º	Capricho de calamar con ensalada	6,61mg					
P	Fruta	128,32g					
21	Ensalada fresca ecológica	802,66					
1º	Garbanzos con verduras	37,66g					
2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg					
P	Fruta ECO	88,82g					
22	Ensalada fresca ecológica	877,20					
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	26,44g					
2º	Bacaladilla enharinada con salsa tártara	4,20mg					
P	Fruta	102,38g					
23	Ensalada fresca ecológica	877,20					
1º	Garbanzos con verduras	37,66g					
2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg					
P	Fruta ECO	88,82g					
24	Ensalada fresca ecológica	802,66					
1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g					
2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg					
P	Yogur Artesano	109,15g					
25	Ensalada fresca ecológica	877,20					
1º	Garbanzos con verduras	37,66g					
2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg					
P	Fruta ECO	88,82g					
26	Ensalada fresca ecológica	802,66					
1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g					
2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg					
P	Yogur Artesano	109,15g					
27	Ensalada fresca ecológica	877,20					
1º	Garbanzos con verduras	37,66g					
2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg					
P	Fruta ECO	88,82g					
28	Ensalada fresca ecológica	802,66					
1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g					
2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg					
P	Yogur Artesano	109,15g					
29	Ensalada fresca ecológica	877,20					
1º	Garbanzos con verduras	37,66g					
2º	Tortilla francesa con pan, tomate y jamón	9,81mg					
P	Fruta ECO	88,82g					
30	Ensalada fresca ecológica	802,66					
1º	Macarrones a la italiana con albahaca fresca	37,76g					
2º	Merluza a la provenzal con verduras	4,94mg					
P	Yogur Artesano	109,15g					