

CEIP Comunitat Valenciana

usuàrio: comunitat_valenciana
contraseña: 38_comunitat_valenciana

Novembre - 2024 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma
Pera, Persimon
Mandarina

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

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.

1	2	3	4	5	6	7	8
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>1</p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>
<p>Hummus de cigrons amb crudités de carlota</p> <p>Espaguetis a la carbonara</p> <p>Suprema de lluç amb bròquil</p> <p>Fruita</p> <p>Carabasseta a la planxa Remenat d'espinacs /Fruita</p>	<p>Amanida de col ECO</p> <p>Sopa d'olla amb verdures ECO</p> <p>Pollastre al forn amb poma (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles</p> <p>Lacti</p> <p>Ceba tendra i pimentó roig planxa Peix blanc /Fruita</p>	<p>DIA VERD</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Ous a l'forn amb samfaina</p> <p>Arròs amb bledes</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de verdures Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Crema de pésols i carlota amb tostons</p> <p>Goulash de magre amb gnocchis</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita</p>	<p>DIA VERD</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Lentilles estofades P/ECO</p> <p>Salmó a la planxa amb verdures</p> <p>Fruita</p> <p>Panolla amb sal Carn blanca /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Cigrons amb espinacs</p> <p>Pizza de xampinyó, pernil dolç i formatge</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Graellada de verdures Peix blau /Fruita</p>	<p>Hummus de chirivía amb pics de pa</p> <p>Ensalada completa amb avocat i magrana</p> <p>Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp</p> <p>Fruita</p> <p>Bullit valencià Hamburguesa de soja /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Crema de fesols i carabassa P/ECO amb xips de carabassa ECO</p> <p>Abadejo en tempura amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons gratinats Ou /Fruita</p>
<p>Ensalada de temporada amb mandarina</p> <p>Guisat de creïlles i verdures de temporada amb majado</p> <p>Lluç amb salsa amb carlota</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabasseta Peix a la llima /Fruita</p>	<p>DIA VERD</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fideuà de verdures, bolets i soja</p> <p>Truita francesa amb albergínia a la mel</p> <p>Iogurt valencià</p> <p>Creïlles gratinades amb formatge Carn blanca magra /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Sopa de fideus amb verdures</p> <p>Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles al pebre</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita</p>	<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Lluç a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Lentilles amb verdures P/ECO</p> <p>Llonganisses amb puré de moniato</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita</p>	<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus amb verdures</p> <p>Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles al pebre</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita</p>	<p>Amanida de col ECO</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Lluç a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Lentilles amb verdures P/ECO</p> <p>Llonganisses amb puré de moniato</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita</p>
<p>Ensalada de temporada amb magrana</p> <p>Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Lluç a la provençal con salteado campestre</p> <p>Fruita</p> <p>Bròquil al vapor Carn d'au /Fruita</p>	<p>DIA VERD</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Olleta ilicitana vegetal</p> <p>Truita francesa amb formatge fresc</p> <p>Lacti</p> <p>Amanida completa Pizza casolana de verdures fresques de</p>	<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus amb verdures</p> <p>Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles al pebre</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita</p>	<p>Amanida de col ECO</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Lluç a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Lentilles amb verdures P/ECO</p> <p>Llonganisses amb puré de moniato</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita</p>	<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus amb verdures</p> <p>Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles al pebre</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita</p>	<p>Amanida de col ECO</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Lluç a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Lentilles amb verdures P/ECO</p> <p>Llonganisses amb puré de moniato</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita</p>
<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Creïlles a la riojana amb xoriço</p> <p>Truita d'espinacs i formatge</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de verdures Carn blanca /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Sopa d'olla amb verdures ECO</p> <p>Aletes de pollastre amb panolla (Infantil: dacsà saltada)</p> <p>Fruita</p> <p>Carlota adobada amb pésols Peix a la llima /Fruita</p>	<p>Torrada d'hummus</p> <p>Arròs rossejat</p> <p>Rabes enfarinades amb amanida</p> <p>Fruita</p> <p>Bajoqueta saltejada Remenat de verdures /Fruita</p>	<p>FESTIVAL GALÀCTIC</p> <p>Amanida de col</p> <p>Via làctica (Crema de porotos i formatge) amb roques lunars</p> <p>Llom adobat amb asteroides (creïlles parisien)</p> <p>Carabasseta a la planxa Peix blanc /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Espaguetis integrals a la italiana</p> <p>Gallineta a la marinera</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Xips de moniato al forn Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Sopa de fideus amb verdures</p> <p>Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles al pebre</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita</p>	<p>Amanida de col ECO</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Lluç a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Lentilles amb verdures P/ECO</p> <p>Llonganisses amb puré de moniato</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita</p>

CEIP Comunitat Valenciana

usuario: comunitat_valenciana
contraseña: 38_comunitat_valenciana

Noviembre - 2024 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Persimon
Mandarina

DESCARGA
NUESTRA APP



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.

	E	1º	2º	P	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP	
											1
4	Hummus de garbanzos con crudités de zanahoria	Espaguetis a la carbonara	Suprema de merluza con brócoli	Fruta	804,90	35,20g	379,26mg	5,93mg	105,09g	39,06g	
5	Ensalada de col ECO	Sopa de cocido con verduras ECO	Pollo al horno con manzana (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas	Lácteo	776,79	52,70g	314,05mg	7,50mg	79,19g	31,59g	
6	DÍA VERDE Ensalada de verduras de temporada	Huevos al horno con pisto	Arroz con acelgas	Fruta	784,77	26,91g	214,93mg	7,89mg	95,04g	33,17g	
7	Ensalada de verduras de temporada	Crema de guisantes y zanahoria con tostones	Goulash de magro con gnocchis	Fruta ECO	820,19	35,21g	140,80mg	6,73mg	120,77g	31,82g	
8	DÍA VERDE Ensalada fresca ecológica	Lentejas estofadas P/ECO	Salmón a la plancha con verduras	Fruta	654,82	34,65g	115,67mg	72,88g	25,15g		
11	Ensalada de temporada con mandarina	Guisado de patatas y verduras de temporada con majado	Merluza en salsa con zanahoria	Fruta	630,18	23,83g	214,03mg	5,79mg	82,09g	22,91g	
12	DÍA VERDE Ensalada de verduras de temporada	Fideua de verduras, setas y soja	Tortilla francesa con berenjena a la miel	Yogur valenciano	767,64	31,67g	276,67mg	5,44mg	127,09g	37,60g	
13	Ensalada fresca ecológica	Garbanzos con espinacas	Pizza de champiñón, jamón cocido y queso	Fruta ECO	772,62	32,05g	347,57mg	8,45mg	105,73g	24,51g	
14	Hummus de chirivía con picos de pan	Ensalada completa con aguacate y granada	Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo	Fruta	787,75	26,41g	180,56mg	6,23mg	116,21g	24,79g	
15	Ensalada fresca ecológica	Crema de alubias y calabaza P/ECO con chips de calabaza ECO	Bacalao en tempura con samfaina	Fruta	816,13	31,31g	232,79mg	8,40mg	106,09g	30,30g	
18	Ensalada de temporada con granada	Macarrones integrales con boloñesa vegetal	Merluza a la provenzal con salteado campestre	Fruta	778,41	30,62g	221,90mg	7,28mg	113,90g	22,82g	
19	DÍA VERDE Ensalada de verduras de temporada	Olleta ilicitana vegetal	Tortilla francesa con queso fresco	Lácteo	772,99	31,94g	383,39mg	6,84mg	83,44g	34,06g	
20	Ensalada de verduras de temporada	Sopa de fideos con verduras	Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas al pimentón	Fruta	829,12	47,23g	149,94mg	7,28mg	91,91g	35,22g	
21	Ensalada de col ECO	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	Pescadilla a la andaluza con salsa tártara casera	Fruta	897,84	31,36g	165,31mg	5,04mg	104,78g	39,19g	
22	Ensalada fresca ecológica	Lentejas con verduras P/ECO	Longanizas con puré de boniato	Fruta ECO	790,79	28,91g	152,38mg	8,54mg	99,62g	31,45g	
25	Ensalada de verduras de temporada	Patatas a la riojana con chorizo	Tortilla de espinacas y queso	Fruta	849,65	24,85g	224,14mg	7,00mg	72,10g	51,96g	
26	Ensalada fresca ecológica	Sopa de cocido con verduras ECO	Alitas de pollo al horno con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)	Fruta	710,73	39,32g	158,83mg	7,62mg	69,07g	34,57g	
27	Tosta de hummus	Arrós rossejat	Rabas enharinadas con ensalada	Fruta	942,65	29,67g	177,22mg	7,34mg	134,89g	31,01g	
28	FESTIVAL GALÁCTICO Ensalada de col	Vía láctea (Crema de porotos y queso) con rocas lunares (tostones)	Lomo adobado con asteroides (patatas parisién)	Fruta ECO	942,84	36,13g	166,50mg	7,76mg	89,40g	63,51g	
29	Ensalada fresca ecológica	Espaguetis integrales a la italiana	Gallineta a la marinera	Fruta ECO	761,04	32,42g	344,94mg	6,13mg	106,03g	24,53g	