

CEIP FRANCESC PONS BOIGUES

usuário: francesc_pons_boigues

contraseña: 1472_francesc_pons_boigues

Gener - 2026 MENU MENSUAL
FRANCESC PONS BOIGUES

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera
Persimon, Mandarina

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1472

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Menú	Descripció	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	Ensalada de verdures de temporada	816,50	32,65g	232,32mg	6,42mg	102,25g	31,83g
2	Ensalada de verdures de temporada	926,97	21,40g	300,59mg	3,14mg	83,39g	55,84g
3	Ensalada fresca ecològica	774,10	27,14g	276,96mg	11,09mg	107,51g	26,35g
4	Ensalada fresca de temporada amb fruita	831,45	29,50g	305,85mg	5,50mg	127,88g	22,92g
5	Amanida fresca de temporada amb escarola	754,77	36,43g	375,78mg	8,27mg	91,38g	27,58g
6	Ensalada fresca ecològica	985,48	63,31g	163,59mg	11,64mg	126,71g	38,74g
7	Ensalada fresca ecològica	778,28	31,76g	180,21mg	5,47mg	89,97g	32,47g
8	DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA	800,67	49,27g	153,16mg	4,31mg	97,65g	39,38g
9	Ensalada fresca de temporada amb fruita	831,45	29,50g	305,85mg	5,50mg	127,88g	22,92g
10	Amanida fresca de temporada amb escarola	754,77	36,43g	375,78mg	8,27mg	91,38g	27,58g
11	Ensalada fresca ecològica	985,48	63,31g	163,59mg	11,64mg	126,71g	38,74g
12	Ensalada fresca ecològica	778,28	31,76g	180,21mg	5,47mg	89,97g	32,47g
13	DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA	800,67	49,27g	153,16mg	4,31mg	97,65g	39,38g
14	Ensalada fresca de temporada amb fruita	831,45	29,50g	305,85mg	5,50mg	127,88g	22,92g
15	Amanida fresca de temporada amb escarola	754,77	36,43g	375,78mg	8,27mg	91,38g	27,58g
16	Ensalada fresca ecològica	985,48	63,31g	163,59mg	11,64mg	126,71g	38,74g
17	Ensalada fresca ecològica	778,28	31,76g	180,21mg	5,47mg	89,97g	32,47g
18	DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA	800,67	49,27g	153,16mg	4,31mg	97,65g	39,38g
19	Amanida de col	756,28	31,20g	231,26mg	7,44mg	115,03g	19,52g
20	Xips de remolatxa	807,34	37,51g	505,91mg	8,82mg	100,32g	28,86g
21	Ensalada de verdures de temporada	774,90	47,16g	355,20mg	9,13mg	93,57g	32,06g
22	Ensalada fresca ecològica	914,11	30,71g	215,33mg	5,88mg	103,20g	42,10g
23	Ensalada fresca ecològica	837,04	42,65g	266,75mg	10,16mg	88,91g	34,63g
24	Ensalada de verdures de temporada	843,50	22,63g	133,61mg	7,44mg	121,52g	30,46g
25	Ensalada de verdures de temporada	791,48	34,15g	208,43mg	5,83mg	104,11g	28,51g
26	Ensalada fresca ecològica	781,94	36,59g	196,38mg	8,26mg	107,90g	25,43g
27	Amanida de col	816,07	34,22g	319,51mg	4,13mg	93,71g	33,59g
28	Ensalada fresca ecològica	845,77	29,39g	106,34mg	6,28mg	83,56g	51,39g
29	Ensalada de verdures de temporada	843,50	22,63g	133,61mg	7,44mg	121,52g	30,46g
30	Ensalada de verdures de temporada	791,48	34,15g	208,43mg	5,83mg	104,11g	28,51g
31	Ensalada fresca ecològica	781,94	36,59g	196,38mg	8,26mg	107,90g	25,43g
32	Amanida de col	816,07	34,22g	319,51mg	4,13mg	93,71g	33,59g
33	Ensalada fresca ecològica	845,77	29,39g	106,34mg	6,28mg	83,56g	51,39g

CEIP FRANCESC PONS BOIGUES

usuario: francesc_pons_boigues

contraseña: 1472_francesc_pons_boigues

Enero - 2026 MENU MENSUAL
FRANCESC PONS BOIGUES

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera
Persimon, Mandarina

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1472

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Comida	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
E						
1º						
2º						
P						
S						
E						
1º						
2º						
P						
S						
7	Ensalada de verduras de temporada	816,50				
E						
1º	Macarrones integrales con boloñesa vegetal	32,65g				
2º	Rodaja de merluza con brócoli ECO	6,42mg				
P	Fruta	102,25g				
S	Tosta de hummus Carne blanca /Fruta	31,83g				
8	Ensalada de verduras de temporada	926,97				
E						
1º	Crema de remolacha y coliflor con tostones integrales	21,40g				
2º	Albóndigas guisadas con arroz pilaf integral	300,59mg				
P	Yogur	3,14mg				
S	Quinoa con especias Pescado azul /Fruta	83,39g				
9	Ensalada fresca ecológica	774,10				
E						
1º	Potaje de garbanzos con espinacas	27,14g				
2º	Tortilla de patata con pisto	276,96mg				
P	Fruta ECO	11,09mg				
S	Hervido de verduras Carne de ave /Fruta	107,51g				
12	Ensalada fresca de temporada con fruta	831,45				
E						
1º	Crema dubarry (coliflor y alubias) con picatostes	29,50g				
2º	Pizza margarita	305,85mg				
P	Fruta	5,50mg				
S	Menestra salteada Pescado al papillote /Fruta	127,88g				
13	Ensalada fresca de temporada con escarola	754,77				
E						
1º	Guiso de sepia y rape con patatas, guisantes y zanahoria	36,43g				
2º	Tortilla de espinacas y pan con aceite pimentón	375,78mg				
P	Yogur	9,27mg				
S	Calabacín a la plancha Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta	91,38g				
14	Ensalada fresca ecológica	985,48				
E						
1º	Lentejas a la hortelana P/ECO	63,31g				
2º	Aguja de lomo a la naranja con caracolas	163,59mg				
P	Fruta ECO	11,64mg				
S	Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta	126,71g				
15	Ensalada fresca ecológica	778,28				
E						
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	31,76g				
2º	Filete de merluza plancha con alcachofas	180,21mg				
P	Fruta	5,47mg				
S	Mazorca de maíz con sal Carne roja magra /Fruta	89,97g				
16	DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA	800,67				
E						
1º	Croquetas caseras	49,27g				
2º	Sopa minestrone	153,16mg				
P	Pollo al horno con bacon cheese fries	4,31mg				
S	Guisantes con cebolla y jamón Tortilla de patata y cebolla /Fruta	97,65g				
19	Ensalada de col	756,28				
E						
1º	Espaguetis integrales boloñesa	31,20g				
2º	Abadejo lactonesa	231,26mg				
P	Fruta	7,44mg				
S	Judías verdes salteadas Carne blanca magra /Fruta	115,03g				
20	Chips de remolacha	807,34				
E						
1º	Olleta alicantina (legumbres, verdura, arroz, patata)	37,51g				
2º	Tortilla de queso con ensalada de hojas verdes	505,91mg				
P	Fruta	8,82mg				
S	Ensalada completa Pescado al limón /Fruta	100,32g				
21	Ensalada de verduras de temporada	774,90				
E						
1º	Sopa de cocido con verduras ECO	47,16g				
2º	Cocido completo	355,20mg				
P	Yogur	9,13mg				
S	Guisantes con cebolla y jamón Revuelto de verduras /Fruta	93,57g				
22	Ensalada fresca ecológica	914,11				
E						
1º	Arroz con acelgas	30,71g				
2º	Pescadilla enharinada con mayonesa de cítricos	215,33mg				
P	Fruta ECO	6,88mg				
S	Cous cous con especias Carne magra de cerdo /Fruta	103,20g				
23	Ensalada fresca ecológica	837,04				
E						
1º	Crema festival de legumbres	42,65g				
2º	Pechuga pollo a la crema con patatas	266,75mg				
P	Fruta	4,31mg				
S	Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta	88,91g				
26	Ensalada de verduras de temporada	843,50				
E						
1º	Lentejas con verduras y arroz	22,63g				
2º	Hamburguesa vegetal con patatas asadas al pimentón	133,61mg				
P	Fruta	7,44mg				
S	Crema de zanahoria Tortilla de atún y calabacín /Fruta	121,52g				
27	Ensalada de verduras de temporada	791,48				
E						
1º	Espirales a la napolitana con queso	34,15g				
2º	Crunch de salmón con zanahoria vichy	208,43mg				
P	Fruta	5,83mg				
S	Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta	104,11g				
28	Ensalada fresca ecológica	781,94				
E						
1º	Alubias blancas con calabaza P/ECO	36,59g				
2º	Goulash de magro con cous cous	196,38mg				
P	Fruta	8,26mg				
S	Escalivada con tostas Pescado blanco /Fruta	107,90g				
29	Ensalada de col	816,07				
E						
1º	Calamares con salsa de tomate	34,22g				
2º	Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo	319,51mg				
P	Yogur	4,13mg				
S	Wok de verduras Carne magra de cerdo /Fruta	93,71g				
30	Ensalada fresca ecológica	845,77				
E						
1º	Sopa de puchero	29,39g				
2º	Longanizas con habas	106,34mg				
P	Fruta ECO	6,28mg				
S	Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al papillote /Fruta	83,56g				

Avenida. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)
T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com
colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiacía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan conforme a las directrices de la "Guía de menús de menajadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se servirá pan integral un día a la semana.

