

## CEIP Jaume I (Paterna)

usuario: jaume\_i\_paterna

contraseña: 1283\_jaume\_i\_paterna

Novembre - 2024 MENU MENSUAL  
JAUME I PATERNA

### FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma  
Pera, Persimon  
Mandarina

DESCARREGA'T  
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1283

### 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.

	E	1º	2º	P	S	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
4	Hummus de cigrons amb crudités de carlota	Espaguetis a la carbonara	Suprema de lluç amb bròquil	Fruita	Carabasseta a la plantxa Remenat d'espinacs /Fruita	804,90	804,90	35,20g	379,26mg	5,93mg	105,09g
5	Amanida de col ECO	Sopa d'olla amb verdures ECO	Pollastre al forn amb poma (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles	Lacti	Ceba tendra i pimentó roig plantxa Peix blanc /Fruita	776,79	52,70g	314,05mg	7,50mg	79,19g	31,59g
6	<b>DIA VERD</b> Amanida de verdures de temporada	Ous a l'forn amb samfaina	Arròs amb bledes	Fruita	Wok de verdures Carn roja magra /Fruita	784,77	26,91g	214,93mg	7,89mg	95,04g	33,17g
7	Amanida de verdures de temporada	Crema de pésols i carlota amb tostons	Goulash de magre amb gnocchis	Fruita ECO	Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita	820,19	35,21g	140,80mg	6,73mg	120,77g	31,82g
8	<b>DIA VERD</b> Amanida fresca ecològica	Lentilles estofades P/ECO	Truita de creïlla amb pa, oli, sal i pebre roig	Fruita	Panolla amb sal Carn blanca /Fruita	809,93	32,24g	158,52mg	0,13mg	115,52g	25,21g
11	Ensalada de temporada amb mandarina	Guisat de creïlles i verdures de temporada amb majado	Titot al curri amb arròs blanc	Fruita	Crema de carabasseta Peix a la llima /Fruita	788,52	32,59g	166,49mg	6,20mg	99,30g	28,24g
12	<b>DIA VERD</b> Amanida de verdures de temporada	Fideuà de verdures, bolets i soja	Truita francesa amb albergínia a la mel	Lacti	Creïlles gratinades amb formatge Carn blanca magra /Fruita	767,64	31,67g	276,67mg	4,44mg	127,09g	37,60g
13	Amanida fresca ecològica	Cigrons amb espinacs	Pizza de xampinyó, pernil dolç i formatge	Fruita ECO	Graellada de verdures Peix blau /Fruita	772,62	32,05g	347,57mg	8,45mg	105,73g	24,51g
14	Hummus de chirivía amb pics de pa	Entremesos variats	Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp	Fruita	Bullit valencià Hamburguesa de soja /Fruita	920,60	38,36g	217,99mg	6,37mg	104,59g	38,92g
15	Amanida fresca ecològica	Crema de fesols i carabassa P/ECO amb xips de carabassa ECO	Abadejo en tempura amb samfaina	Fruita	Xampinyons gratinats Ou /Fruita	816,13	31,31g	232,79mg	4,40mg	106,09g	30,30g
18	Ensalada de temporada amb magrana	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal	Lluç a la provençal con salteado campestre	Fruita	Bròquil al vapor Carn d'au /Fruita	778,41	30,62g	221,90mg	7,28mg	113,90g	22,82g
19	<b>DIA VERD</b> Amanida de verdures de temporada	Olleta ilicitana vegetal	Truita francesa amb formatge fresc	Lacti	Amanida completa Pizza casolana de verdures fresques de	772,99	31,94g	383,39mg	6,84mg	83,44g	34,06g
20	Amanida de verdures de temporada	Sopa de fideus amb verdures	Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles al pebre	Fruita	Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita	829,12	47,23g	149,94mg	7,28mg	91,91g	35,22g
21	Amanida de col ECO	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	Lluç a l'andalusa amb salsa tàrtara cassolana	Fruita	Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita	897,84	31,36g	165,31mg	5,04mg	104,78g	39,19g
22	Amanida fresca ecològica	Lentilles amb verdures P/ECO	Llonganisses amb puré de moniato	Fruita ECO	Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita	790,79	28,91g	152,38mg	8,40mg	99,62g	31,45g
25	Amanida de verdures de temporada	Creïlles a la riojana amb xoriço	Truita d'espinacs i formatge	Fruita	Wok de verdures Carn blanca /Fruita	849,65	24,85g	224,14mg	7,00mg	72,10g	51,96g
26	Amanida fresca ecològica	Sopa d'olla amb verdures ECO	Putxero	Fruita	Carlota adobada amb pésols Peix a la llima /Fruita	757,14	43,48g	210,14mg	9,84mg	105,46g	27,04g
27	Torrada d'hummus	Arròs rossejat	Rabes enfarinades amb amanida	Fruita	Bajoqueta saltejada Remenat de verdures /Fruita	942,65	29,67g	177,22mg	7,34mg	134,89g	31,01g
28	<b>FESTIVAL GALÀCTIC</b> Amanida de col	Via làctia (Crema de porotos i formatge) amb roques lunars	Llom adobat amb asteroides (creïlles parisien)	Fruita ECO	Carabasseta a la plantxa Peix blanc /Fruita	942,84	36,13g	166,50mg	7,76mg	89,40g	63,51g
29	Amanida fresca ecològica	Espaguetis integrals a la italiana	Gallineta a la marinera	Fruita ECO	Xips de moniato al forn Carn roja magra /Fruita	761,04	32,42g	344,94mg	6,13mg	106,03g	24,53g



