

CEIP La Lloma Llarga N° 9

usuario: lloma_llarga
contraseña:33_lloma_llarga

Març - 2026 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera
Maduixot, Taronja

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 33

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 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

Disposem de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiaquia, etc. L'avaluació nutricional es basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la "Guia de menús de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La informació sobre els al·lèrgogens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.

2 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 977,61 PROT 39,60g CA 381,69mg FE 6,71mg HDC 121,07g LIP 39,59g 1º Macarrons a la piemontesa Escòrpora a l'esquena amb pèsols 2º Fruita S Carabasseta a la planxa Carn blanca /Fruita	3 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 809,56 PROT 33,69g CA 433,16mg FE 10,85mg HDC 106,70g LIP 29,04g 1º Estofat de cigrons amb bledes Truita de creïlla amb samfaina 2º Iogurt S Cous cous amb especies Peix a la llima /Fruita	4 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 825,62 PROT 44,46g CA 206,66mg FE 9,16mg HDC 125,50g LIP 26,29g 1º Sopa d'olla Putxero (cigrons , verduras, pollastre) 2º Fruita S Bròquil al vapor Mandonguilles vegetals /Fruita	5 E Ensalada fresca ecològica KCAL 837,22 PROT 28,58g CA 124,43mg FE 5,28mg HDC 121,81g LIP 25,90g 1º Quesadillas de vegetals, polit i formatge crema Arròs rossejat 2º Fruita S Wok de verduras Truita de ceba /Fruita	6 E Ensalada fresca ecològica KCAL 930,79 PROT 47,77g CA 201,91mg FE 11,28mg HDC 107,63g LIP 34,90g 1º Llenties a l'hortolana P/ECO Pepito valencià casolà 2º Fruita ECO S Amanida completa Peix blanc /Fruita
9 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 971,87 PROT 20,87g CA 191,23mg FE 4,47mg HDC 93,20g LIP 57,09g 1º Crema de carabassa i boniato torrat amb tostons integrals Ragout de magre amb arròs pilaf integral 2º Fruita S Escalivada Peix blau /Fruita	10 E DIA DE LA TRUITA DE CREÏLLA Ensalada de verduras de temporada KCAL 796,69 PROT 36,90g CA 425,05mg FE 9,28mg HDC 105,31g LIP 25,26g 1º Fesols estofats amb verduras Truita de creïlla amb formatge fresc 2º Iogurt S Creïlles cuites Carn roja magra /Fruita	11 E Ensalada fresca ecològica KCAL 866,39 PROT 30,86g CA 181,16mg FE 5,49mg HDC 125,23g LIP 27,81g 1º Arròs de secret y carabassa Abadejo a la bilbaina amb bròquil 2º Fruita ECO S Minestra saltejada Hamburguesa de llenties /Fruita	12 E Ensalada fresca ecològica KCAL 767,02 PROT 39,99g CA 149,53mg FE 6,86mg HDC 121,57g LIP 29,49g 1º Sopa minestrone amb verduras ECO Pollastre rostit amb creïlles rostides 'tex-mex' 2º Fruita S Bajoqueta saltejada Peix al papillote /Fruita	13 E Hummus de remolatxa KCAL 778,86 PROT 43,89g CA 266,44mg FE 9,28mg HDC 143,49g LIP 24,19g 1º Amanida completa amb sardines i ou dur Fideuà de peix i marisc amb fons de llotja 2º Fruita S Crema de porro Carn d'au /Fruita
16 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 739,52 PROT 22,95g CA 157,28mg FE 81,56g HDC 121,07g LIP 46,84g 1º Estofat de creïlles i verduras de temporada amb majado Llomello a la planxa amb puré de pometa 2º Fruita S Crema de porro Truita de formatge /Fruita	17 E Festiu 1º Festiu 2º Festiu S Festiu	18 E Festiu 1º Festiu 2º Festiu S Festiu	19 E Festiu 1º Festiu 2º Festiu S Festiu	20 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 959,03 PROT 33,56g CA 177,08mg FE 6,03mg HDC 127,23g LIP 36,30g 1º Arròs a la cubana (tomaca i ou) Suprema de lluç amb carlota vichy 2º Fruita S Graellada de verduras Carn blanca /Fruita
23 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 812,00 PROT 40,82g CA 354,80mg FE 6,62mg HDC 125,22g LIP 32,62g 1º Espirals *pomodoro amb formatge Lluç a la marinera 2º Fruita S Amanida completa Carn d'au /Fruita	24 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 944,24 PROT 37,31g CA 380,26mg FE 10,20mg HDC 101,56g LIP 53,36g 1º Cigrons estofats amb verduras Escalopa de llom (empanat casolà) amb creïlles 2º Iogurt S Panolla amb sal Peix blanc /Fruita	25 E Ensalada fresca ecològica KCAL 765,70 PROT 53,33g CA 159,69mg FE 7,83mg HDC 87,02g LIP 30,05g 1º Sopa d'olla Pollastre al forn amb verduras 2º Fruita S Xips de moniato al forn Remenat de verduras /Fruita	26 E Ensalada fresca ecològica KCAL 902,17 PROT 34,06g CA 193,12mg FE 10,14mg HDC 89,94g LIP 45,85g 1º Ensalada de creïlla i verduras amb ous farcits Arròs al forn (cigró, costella, creïlla i tomaca) 2º Fruita ECO S Broquetes de verduras Carn d'au /Fruita	27 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 769,22 PROT 31,43g CA 175,48mg FE 9,66mg HDC 119,12g LIP 19,71g 1º Llenties amb verduras P/ECO Truita de creïlla i pa amb oli i pebre roig 2º Fruita S Cous cous amb especies Peix blanc /Fruita
30 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 901,95 PROT 43,40g CA 221,74mg FE 6,62mg HDC 88,66g LIP 41,50g 1º Crema festival de llegums amb tostons integrals Hamburguesa a la planxa amb panolla 2º Fruita S Creïlles cuites Peix a la llima /Fruita	31 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 883,04 PROT 35,69g CA 387,80mg FE 9,15mg HDC 89,64g LIP 42,26g 1º Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Truita d'espínacs amb mil·lolls de tomaca 2º Iogurt S Carabasseta a la planxa Carn d'au /Fruita	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S