

CEIP La Lloma Llarga N° 9

usuario: lloma_llarga
contraseña:33_lloma_llarga

Marzo - 2026 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera
Fresón, Naranja

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 33

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



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

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 pre-
paran 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.

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 Caracolas a la piamontesa Gallineta a la espalda con guisantes 2º Fruta S Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta 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 Estofado de garbanzos con acelgas Tortilla de patata con pisto 2º Yogur S Cous cous con especias Pescado al limón /Fruta 4 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 Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos , verduras, pollo) 2º Fruta S Brócoli al vapor Albóndigas vegetales /Fruta 5 E Ensalada fresca ecológica KCAL 837,22 PROT 28,58g CA 124,43mg FE 5,28mg HDC 121,81g LIP 25,90g 1º Quesadillas de vegetales, pavo y queso crema Arròs rossejat 2º Fruta S Wok de verduras Tortilla de cebolla /Fruta 6 E Ensalada fresca ecológica KCAL 930,79 PROT 47,77g CA 201,91mg FE 11,28mg HDC 107,63g LIP 34,90g 1º Lentejas a la hortelana P/ECO Pepito valenciano casero 2º Fruta ECO S Ensalada completa Pescado blanco /Fruta	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 calabaza y boniato asado con tostones integrales Ragout de magro con arroz pilaf integral 2º Fruta S Escalivada Pescado azul /Fruta 10 E DÍA DE LA TORTILLA DE PATATA Ensalada de verduras de temporada KCAL 796,69 PROT 36,90g CA 425,05mg FE 9,28mg HDC 105,31g LIP 25,26g 1º Pochas estofadas con verduras Tortilla de patata con queso fresco 2º Yogur S Patatas cocidas Carne roja magra /Fruta 11 E Ensalada fresca ecológica KCAL 866,39 PROT 30,86g CA 181,16mg FE 5,49mg HDC 125,23g LIP 27,81g 1º Arroz de secreto y calabaza Abadejo a la bilbaina con brócoli 2º Fruta ECO S Menestra salteada Hamburguesa de lentejas /Fruta 12 E Ensalada fresca ecológica KCAL 767,02 PROT 39,99g CA 149,53mg FE 6,86mg HDC 121,57g LIP 29,49g 1º Sopa minestrone con verduras ECO Pollo asado con patatas asadas tex-mex 2º Fruta S Judías verdes salteadas Pescado al papillote /Fruta 13 E Humus de remolacha KCAL 778,86 PROT 43,89g CA 266,44mg FE 6,86mg HDC 143,49g LIP 24,19g 1º Ensalada completa con sardinilla y huevo duro Fideuá de pescado y marisco con fondo de lonja 2º Fruta S Crema de puerros Carne de ave /Fruta	16 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 739,52 PROT 22,95g CA 157,28mg FE 6,65mg HDC 81,56g LIP 46,84g 1º Guisado de patatas y verduras de temporada con majado Lomo de cerdo a la plancha con puré de manzana 2º Fruta S Crema de puerros Tortilla de queso /Fruta 17 E Festivo KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º Festivo 2º Festivo S Festivo 18 E Festivo KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º Festivo 2º Festivo S Festivo 19 E Festivo KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º Festivo 2º Festivo S Festivo 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 Arroz a la cubana (tomate y huevo) Suprema de merluza con zanahoria vichy 2º Fruta S Parrillada de verduras Carne blanca /Fruta	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 Espirales pomodoro con queso Merluza a la marinera 2º Fruta S Ensalada completa Carne de ave /Fruta 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 Garbanzos estofados con verduras Escalope de lomo (empanado casero) con patatas 2º Yogur S Mazorca de maíz con sal Pescado blanco /Fruta 25 E Ensalada fresca ecológica KCAL 765,70 PROT 53,33g CA 159,69mg FE 7,83mg HDC 87,20g LIP 30,05g 1º Sopa de cocido Pollo al horno con verduras 2º Fruta S Chips de boniato al horno Revuelto de verduras /Fruta 26 E Ensalada fresca ecológica KCAL 902,17 PROT 34,06g CA 193,12mg FE 10,14mg HDC 89,94g LIP 45,85g 1º Ensaladilla con huevos rellenos Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) 2º Fruta ECO S Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta 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 Lentejas con verduras P/ECO Tortilla de patata y pan con aceite y pimentón 2º Fruta S Cous cous con especias Pescado blanco /Fruta	30 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 901,95 PROT 43,40g CA 221,74mg FE 10,47mg HDC 88,66g LIP 41,50g 1º Crema festival de legumbres con tostones integrales Hamburguesa a la plancha con mazorca de maíz 2º Fruta S Patatas cocidas Pescado al limón /Fruta 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 Macarrones integrales con boloñesa vegetal Tortilla de espinacas con millojas de tomate 2º Yogur S Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta E KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º S E KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º S E KCAL PROT CA FE HDC LIP 1º 2º S
---	--	---	--	---