

**CEIP Lluís Vives
(Massanassa)**

usuario: lluis_vives_massanassa

contraseña: 1329_lluis_vives_massanassa

Febrer - 2025 MENU MENSUAL
LLUIS VIVES MASSANASSA

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma
Pera, Maduixot
Taronja

**DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP**



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1329

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (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 basa 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.

3 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Cigrons amb espinacs Rellom de porc en salsa amb cous cous Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 814,99 37,15g 239,05mg 0,08mg 112,03g 27,12g S Broquetes de verdures Peix blanc /Fruita	4 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Espirals a la italiana (tomaca, formatge) Abadejo a la biscaina Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 773,77 30,56g 239,24mg 5,61mg 83,52g 36,09g S Amanida completa Ou /Fruita	5 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Sopa d'olla amb verdures ECO Pollo a l'ast amb creïlles Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 760,18 49,74g 156,33mg 8,06mg 83,52g 28,74g S Escalivada Peix al papillote /Fruita	6 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Arròs a la milanesa amb magre i cigrons Lluç arrebossat amb carlota Lacti KCAL PROT CA FE HDC LIP 760,18 38,06g 321,86mg 4,94mg 107,35g 30,91g S Carabasseta a la plantxa Carn blanca /Fruita	7 E 1º 2º P DIA VERD Amanida de verdures de temporada Fesols blancs amb verdures de temporada Truita de creïlla amb formatge fresc Fruita ECO KCAL PROT CA FE HDC LIP 860,73 29,26g 250,80mg 8,40mg 107,06g 36,62g S Wok de verdures Quiche de verdures /Fruita
10 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Macarrons integrals amb tonyina i tomaca amb formatge Gallineta a la marinera Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 836,22 40,35g 440,24mg 7,41mg 101,90g 30,05g S Quinoa amb espècies Carn magra de porc /Fruita	11 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Llenties a l'hortolana Truita francesa amb pernil Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 868,52 47,00g 152,74mg 10,70mg 68,86g 44,29g S Crema de porro Sandvitx vegetal /Fruita	12 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Calamars a l'andalusa amb maionesa Arròs rossejat Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 86,86 28,81g 144,51mg 5,23mg 89,50g 43,92g S Carlota adobada amb pèsols Remenat d'espinacs /Fruita	13 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Sopa de bullit amb cigrons i verdures ecològiques Pollastre rostit amb creïlles al pebre Lacti KCAL PROT CA FE HDC LIP 832,80 48,70g 297,79mg 8,12mg 81,09g 39,01g S Carxofes saltejades Peix a la llima /Fruita	14 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Canelons gratinats Lluç amb salsa mery amb pèsols i dacsca Fruita ECO KCAL PROT CA FE HDC LIP 822,95 31,75g 211,15mg 3,71mg 71,88g 46,20g S Saltat de carabasseta, carlota i quinoa Carn d'au /Fruita
17 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Crema de llegums amb tostons integrals Llonganisses amb faves Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 816,76 24,64g 166,73mg 7,47mg 91,17g 39,88g S Tosta d'hummus Truita de ceba /Fruita	18 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Pasta a la aragonesa (xoriço, tomaca, formatge) Salmó a l'anet amb carlota Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 865,78 42,17g 258,86mg 6,42mg 118,11g 39,27g S Ceba tendra i pimentó roig plantxa Carn blanca /Fruita	19 E 1º 2º P Amanida fresca ecològica Cigrons amb sèpia Truita de creïlla i ceba amb formatge Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 865,78 40,82g 502,23mg 10,78mg 94,33g 36,32g S Graellada de verdures Peix blanc /Fruita	20 E 1º 2º P Hummus de remolatxa ambs pics de pa Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp Aladroc a l'andalusa amb amanida Iogurt Artesà KCAL PROT CA FE HDC LIP 928,79 50,67g 297,66mg 6,47mg 84,47g 42,63g S Amanida completa Carn blanca magra /Fruita	21 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Llenties amb verdures P/ECO Pizza Colevisa Fruita ECO KCAL PROT CA FE HDC LIP 767,87 35,84g 262,27mg 7,97mg 108,57g 21,08g S Creïlles al micro amb oli, sal i pebberoig Hamburguesa de lluç /Fruita
24 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Espirals amb bolonyesa vegetal, tomaca i formatge Bacallà al pil pil amb pèsols Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 938,31 87,87g 369,06mg 7,05mg 94,35g 39,52g S Sopa juliana Remenat d'all tendres /Fruita	25 E 1º 2º P Amanida fresca ecològica Fabada vegetal P/ECO Mandonguilles mixtes amb gnocchis Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 909,86 30,66g 212,49mg 8,83mg 138,24g 35,90g S Albergínia gratinada al forn Peix al papillote /Fruita	26 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Arròs a la cubana (tomaca i ou) All i pebre de lluç Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 844,24 32,62g 168,85mg 5,87mg 111,55g 29,97g S Xips de moniato al forn Carn blanca magra /Fruita	27 E 1º 2º P FESTIVAL MARCIÀ Satèl·lits de formatge (Formatge fresc amb oli d'alfàbega) Pluja d'estrelles (Sopa d'estrelles) Roques de Mart (Pollastre arrebossat amb panolla) Ovni (Pancake) KCAL PROT CA FE HDC LIP 782,50 60,96g 150,74mg 4,03mg 81,96g 54,14g S Carabassa i creïlla al microones Peix blanc /Fruita	28 E 1º 2º P Amanida de verdures de temporada Fideuà de Gandia (fons de llotja) Truita d'espinacs amb formatge fresc Fruita KCAL PROT CA FE HDC LIP 768,04 32,64g 286,80mg 8,43mg 122,34g 35,28g S Broquetes de verdures Carn roja magra /Fruita
E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S

**CEIP Lluís Vives
(Massanassa)**

usuario: lluis_vives_massanassa

contraseña: 1329_lluis_vives_massanassa

Febrero - 2025 MENU MENSUAL
LLUIS VIVES MASSANASSA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Fresón
Naranja

**DESCARGA
NUESTRA APP**



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1329

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 basa 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.

3 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 814,99 PROT 760,18 CA 37,15g FE 239,05mg 1º Garbanzos con espinacas 2º Solomillo de cerdo en salsa con cous cous P Fruta C Brochetas de verduras Pescado blanco /Fruta	4 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 773,77 PROT 30,56g CA 239,24mg FE 5,61mg 1º Espirales a la italiana (tomate, queso) 2º Bacalao a la vizcaína P Fruta C Ensalada completa Huevo /Fruta	5 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 760,18 PROT 49,74g CA 156,33mg FE 8,06mg 1º Sopa de cocido con verduras ECO 2º Pollo a l'ast con patatas P Fruta C Escalivada Pescado al papillote /Fruta	6 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 860,73 PROT 38,06g CA 321,86mg FE 4,94mg 1º Arroz a la milanesa con magro y garbanzos 2º Merluza rebozada con zanahoria P Lácteo C Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta	7 E DÍA VERDE Ensalada de verduras de temporada KCAL 869,10 PROT 29,26g CA 250,80mg FE 8,40mg 1º Judías blancas con verduras de temporada 2º Tortilla de patata con queso fresco P Fruta ECO C Wok de verduras Quiche de verduras /Fruta
10 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 836,22 PROT 40,35g CA 440,24mg FE 7,41mg 1º Macarrones integrales con atún y tomate con queso 2º Gallineta a la marinera P Fruta C Quinoa con especias Carne magra de cerdo /Fruta	11 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 868,52 PROT 47,00g CA 152,74mg FE 10,70mg 1º Lentejas a la hortelana 2º Tortilla francesa con jamón serrano P Fruta C Crema de puerros Sandwich vegetal /Fruta	12 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 868,86 PROT 28,81g CA 144,51mg FE 5,23mg 1º Calamares a la andaluza con mayonesa 2º Arròs rossejat P Fruta C Zanahoria aliñada con guisantes Revuelto de espinacas /Fruta	13 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 832,80 PROT 48,70g CA 297,79mg FE 8,12mg 1º Sopa de cocido con garbanzos y verduras ecológicas 2º Pollo asado con patatas al pimentón P Lácteo C Alcachofas salteadas Pescado al limón /Fruta	14 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 822,95 PROT 31,75g CA 211,15mg FE 3,71mg 1º Canelones gratinados 2º Merluza en salsa mery con guisantes y maíz P Fruta ECO C Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Carne de ave /Fruta
17 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 816,76 PROT 24,64g CA 166,73mg FE 7,47mg 1º Crema de legumbres con tostones integrales 2º Longanizas con habas P Fruta C Tosta de hummus Tortilla de cebolla /Fruta	18 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 865,78 PROT 42,17g CA 258,86mg FE 6,42mg 1º Caracolas a la aragonesa (chorizo, tomate, queso) 2º Salmon al eneldo con zanahoria P Fruta C Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne blanca /Fruta	19 E Ensalada fresca ecológica KCAL 844,24 PROT 32,62g CA 168,85mg FE 5,87mg 1º Garbanzos con sepia 2º Tortilla de patata y cebolla con queso P Fruta C Parrillada de verduras Pescado blanco /Fruta	20 E Humus de remolacha con picos de pan KCAL 928,79 PROT 50,67g CA 297,66mg FE 6,47mg 1º Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo 2º Boquerones a la andaluza con ensalada P Yogur Artesano C Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta	21 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 767,87 PROT 35,84g CA 262,27mg FE 7,97mg 1º Lentejas con verduras P/ECO 2º Pizza Colevisa P Fruta ECO C Patatas al micro con aceite, sal y pimentón Hamburguesa de merluza /Fruta
24 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 938,31 PROT 87,87g CA 369,06mg FE 7,05mg 1º Espirales con boloñesa vegetal, tomate y queso 2º Bacalao al pil pil con guisantes P Fruta C Sopa juliana Revuelto de ajos tiernos /Fruta	25 E Ensalada fresca ecológica KCAL 844,24 PROT 32,62g CA 168,85mg FE 5,87mg 1º Fabada vegetal P/ECO 2º Albóndigas mixtas con gnocchis P Fruta C Berenjena gratinada al horno Pescado al papillote /Fruta	26 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 844,24 PROT 32,62g CA 168,85mg FE 5,87mg 1º Arroz a la cubana (tomate y huevo) 2º All i pebre de merluza P Fruta C Chips de boniato al horno Carne blanca magra /Fruta	27 E FESTIVAL MARCIANO Satélites de queso (Queso fresco con aceite de albahaca) KCAL 782,50 PROT 60,96g CA 150,74mg FE 4,03mg 1º Lluvia de estrellas (Sopa de estrellitas) 2º Rocas de Marte (Pollo rebozado) con mazorca de maíz P Ovni (Pancake) C Calabaza y patata al microondas Pescado blanco /Fruta	28 E Ensalada de verduras de temporada KCAL 768,04 PROT 32,64g CA 286,80mg FE 8,43mg 1º Fideuà de Gandia (fondo de lonja) 2º Tortilla de espinacas con queso fresco P Fruta C Brochetas de verduras Carne roja magra /Fruta
E KCAL PROT CA FE HDC LIP C	E KCAL PROT CA FE HDC LIP C	E KCAL PROT CA FE HDC LIP C	E KCAL PROT CA FE HDC LIP C	E KCAL PROT CA FE HDC LIP C