

COLEGIO MARÍA YOCASTA

usuario: Maria_Yocasta
 contraseña: 274_Maria_Yocasta

Novembre - 2023

FRUITES DE TEMPORADA:

pera, poma
 banana, persimon
 mandarina

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1206

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 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.

<p>1</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>2</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Llentilles a l'hortolana P/ECO</p> <p>2º Ragout de gall d'indi amb cous cous</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix blanc /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>3</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Croquetes variades amb mifulls de tomaca</p> <p>2º Arròs amb fesols i naps</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Crema de carabassa Ou /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>6</p> <p>E Encisam, tomaca, dacsa i carlota</p> <p>1º Pasta a la napolitana</p> <p>2º Lluç a la "koskera"</p> <p>P Fruita</p> <p>S Cous cous amb especies Carn magra de porc /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>7</p> <p>E Ensalada de temporada amb poma</p> <p>1º Fabada vegetal</p> <p>2º Cuixa a la italiana</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bullit valencià Peix blau /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>8</p> <p>E Hummus de carlota amb coca de dacsa</p> <p>1º Amanida completa amb ou dur</p> <p>2º Arròs de tardor</p> <p>P Gelatina de sabors</p> <p>S Broquetes de verdures Carn d'au /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>13</p> <p>E Encisam, tomaca, espinacs i carlota</p> <p>1º Tallarins genovesa (bacon, tomaca)</p> <p>2º Escòrpora a la gallega</p> <p>P Fruita</p> <p>S Xampinyons gratinats Carn blanca /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>14</p> <p>E Ensalada de temporada amb mandarina</p> <p>1º Crema de verdures i llegums</p> <p>2º Goulash de magre amb gnocchis</p> <p>P Fruita</p> <p>S Péssols amb pernil i ceba Peix al papillote /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>15</p> <p>E Hummus de cigrons</p> <p>1º "Quesadilla" vegetal amb formatge</p> <p>2º Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>P Iogurt Artesà</p> <p>S Bijoqueta saltejada Hamburguesa de soja /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>16</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Llentilles estofades P/ECO amb arròs integral</p> <p>2º Ous farcits amb beixamel</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Amanida completa Carn roja magra /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>17</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Fideuà de verdures i xampinyons</p> <p>2º Pollastre al chilindrón</p> <p>P Fruita</p> <p>S Tomaca farcida Peix blanc /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>20</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i formatge</p> <p>1º Guisat de creïlles i verdures de temporada amb "majado"</p> <p>2º Abadejo a la biscaina</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bròquil al vapor Carn blanca /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>21</p> <p>E Encisam, tomaca, dacsa i carlota</p> <p>1º Sopa minestrone</p> <p>2º Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb creïlles</p> <p>P Fruita</p> <p>S Verdures saltejades amb pasta Peix a la llima /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>22</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Olleta ilicitana</p> <p>2º Truita francesa amb formatge fresc</p> <p>P Lacti</p> <p>S Bullit valencià Sandvitx vegetal /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>23</p> <p>E Ensalada de temporada amb magrana</p> <p>1º Macarrons integrals en salsa de carabassa</p> <p>2º Lluç a la provençal</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crepe de verdures Carn d'au /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>24</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Potatge de cigrons P/ECO</p> <p>2º Longanisses amb puré de moniato</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Remenat de verdures /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>27</p> <p>E Encisam, tomaca, carlota i olives</p> <p>1º Llentilles amb xoriço</p> <p>2º Truita de creïlla i pa amb oli, sal i pebre roig</p> <p>P Fruita</p> <p>S Tajin de Verdures Carn blanca /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>28</p> <p>E Encisam, tomaca, espinacs i carlota</p> <p>1º Sopa de bullit</p> <p>2º Pubxero</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Crema de porro Peix al papillote /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>29</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Rabes enfarinades amb salsa tàrtara</p> <p>2º Canelons gratinats</p> <p>P Lacti</p> <p>S Panolla amb sal Ou /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>30</p> <p>E FESTIVAL DELS FANALETES Amanida de col</p> <p>1º Arròs oriental</p> <p>2º Chop suey de pollastre i verdures</p> <p>P Flam xinès</p> <p>S Creïlles gratinades amb formatge Peix blau /Fruita</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>

COLEGIO MARÍA YOCASTA

usuario: Maria_Yocasta
contraseña: 274_Maria_Yocasta

Noviembre - 2023

FRUTAS DE TEMPORADA:

pera, manzana
banana, persimon
mandarina

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1206

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avd. 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 basada 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.

<p>1</p> <p>E Festivo</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>2</p> <p>E Lechuga, tomate, zanahoria y olivas</p> <p>1º Lentejas a la hortelana P/ECO</p> <p>2º Ragout de pavo con cous cous</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>3</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Croquetas variadas con milhojas de tomate</p> <p>2º Arròs amb fetsols i naps</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>6</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>1º Hélices a la napolitana</p> <p>2º Merluza a la kosquera</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>7</p> <p>E Ensalada de temporada con manzana</p> <p>1º Fabada vegetal</p> <p>2º Contramuslo a la italiana</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>8</p> <p>E Hummus de zanahoria con tortitas de maíz</p> <p>1º Ensalada completa con huevo duro</p> <p>2º Arroz de otoño</p> <p>P Gelatina de sabores</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>9</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Garbanzos con espinacas P/ECO</p> <p>2º Panini de verduras gratinado</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>10</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Sopa de ave con estrellitas</p> <p>2º Albóndigas en salsa con arroz blanco</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p>13</p> <p>E Lechuga, tomate, espinacas y zanahoria</p> <p>1º Tallarines a la genovesa (bacon, tomate)</p> <p>2º Gallineta a la gallega</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>14</p> <p>E Ensalada de temporada con mandarina</p> <p>1º Crema de verduras y legumbres</p> <p>2º Goulash de magro con gnocchis</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>15</p> <p>E Hummus de garbanzos</p> <p>1º Quesadilla vegetal con queso</p> <p>2º Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>P Yogur Artesano</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>16</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Lentejas estofadas P/ECO con arroz integral</p> <p>2º Huevos rellenos con bechamel</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>17</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Fideuà de verduras y champiñones</p> <p>2º Pollo al chilindrón</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>			
<p>20</p> <p>E Lechuga, tomate, zanahoria y queso</p> <p>1º Guisado de patatas y verduras de temporada con majado</p> <p>2º Bacalao a la vizcaína</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>21</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz y zanahoria</p> <p>1º Sopa minestrone</p> <p>2º Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>22</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Olleta ilicitana</p> <p>2º Tortilla francesa con queso fresco</p> <p>P Lácteo</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>23</p> <p>E Ensalada de temporada con granada</p> <p>1º Macarrones integrales en salsa de calabaza</p> <p>2º Merluza a la provenzal</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>24</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Potaje de garbanzos P/ECO</p> <p>2º Longanizas con puré de boniato</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>			
<p>27</p> <p>E Lechuga, tomate, zanahoria y olivas</p> <p>1º Lentejas con chorizo</p> <p>2º Tortilla de patata con pan con aceite, sal y pimentón</p> <p>P Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>28</p> <p>E Lechuga, tomate, espinacas y zanahoria</p> <p>1º Sopa de cocido</p> <p>2º Cocido completo</p> <p>P Fruta ECO</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>29</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Rabas enharinadas con salsa tártara</p> <p>2º Canelones gratinados</p> <p>P Lácteo</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>30</p> <p>FESTIVAL DE LOS FAROLILLOS Ensalada de col</p> <p>1º Arroz oriental</p> <p>2º Chop suey de pollo y verduras</p> <p>P Flan chino</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>			