

Colegio María Yocasta

usuario: maria_yocasta

contraseña: 1206_maria_yocasta

Desembre - 2024

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma
Pera, Persimon
Mandarina

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1206

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.

<p>2</p> <p>DIA VERD</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Llenties amb verdures P/ECO</p> <p>Mandonguilles en salsa amb cous cous</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures Carn blanca /Fruita</p>	<p>3</p> <p>Humus de cigrons</p> <p>Arròs amb sépia i floricol</p> <p>Truita de formatge amb amanida</p> <p>Fruita</p> <p>Bajoqueta saltejada Sandvitx vegetal /Fruita</p>	<p>4</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Crema de carlota amb llet de coco</p> <p>Pollastre rostit amb poma amb creïlles al forn</p> <p>Lacti</p> <p>Escalivada Peix a la llima /Fruita</p>	<p>5</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Cigrons amb verdures i xoriço</p> <p>Pizza mixta</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Couscous amb carabasseta i ceba Ous al plat /Fruita</p>	<p>6</p> <p>Festiu</p>
<p>9</p> <p>DIA VERD</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal casolana</p> <p>Truita de carabasseta i creïlla amb panolla</p> <p>Fruita</p> <p>Wok de verdures Carn d'au /Fruita</p>	<p>10</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Fesols blancs estofats</p> <p>Escalopa de llom empanat amb samfaina</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Peix blau /Fruita</p>	<p>11</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Sopa d'olla amb verdures ECO</p> <p>Putxero</p> <p>Iogurt Artesà</p> <p>Creïlles gratinades amb formatge Truita d'abadejo /Fruita</p>	<p>12</p> <p>Humus de chirivía</p> <p>Ous farcits amb beixamel</p> <p>Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>Fruita</p> <p>Ceba tendra i pimentó roig plantxa Carn roja magra /Fruita</p>	<p>13</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Crema de llenties roges i carabassa al curri</p> <p>Goulash de vedella amb fideus d'arròs</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Saltat de carabasseta, carlota i quinoa Peix al papillote /Fruita</p>
<p>16</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Lluç a la marinera</p> <p>Fruita</p> <p>Torrada de tomata, formatge fresc i anxoves Remenat de verdures /Fruita</p>	<p>17</p> <p>Amanida de verdures de temporada</p> <p>Cigrons amb verdures</p> <p>Pollastre al forn amb creïlles rostides 'tex-mex'</p> <p>Fruita</p> <p>Carabasseta a la plantxa Peix blanc /Fruita</p>	<p>18</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Caragols de mar a la napolitana</p> <p>Salmó a la taronja amb carlota al vapor</p> <p>Lacti</p> <p>Coliflor a l'all traginer Carn blanca magra /Fruita</p>	<p>19</p> <p>DIA VERD</p> <p>Amanida de col ECO</p> <p>Llenties pardinas amb verdures P/ECO</p> <p>Truita de creïlla amb milfulls de tomata i formatge</p> <p>Fruita ECO</p> <p>Amanida completa Hamburguesa de soja /Fruita</p>	<p>20</p> <p>MENÚ ESPECIAL DE NADAL</p>
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>

Colegio María Yocasta

usuario: maria_yocasta

contraseña: 1206_maria_yocasta

Diciembre - 2024

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Persimon
Mandarina

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1206

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.

<p>2</p> <p>DÍA VERDE</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas con verduras P/ECO</p> <p>Albóndigas veganas con cous cous</p> <p>Fruta</p> <p>Brochetas de verduras Carne blanca /Fruta</p>	<p>3</p> <p>Hummus de garbanzos</p> <p>Arroz con sepia y coliflor</p> <p>Tortilla de queso con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>Judías verdes salteadas Sandwich vegetal /Fruta</p>	<p>4</p> <p>Ensalada fresca ecológica</p> <p>Crema de zanahoria con leche de coco</p> <p>Pollo asado con manzana con patatas al horno</p> <p>Lácteo</p> <p>Escalivada Pescado al limón /Fruta</p>	<p>5</p> <p>Ensalada fresca ecológica</p> <p>Garbanzos con verduras y chorizo</p> <p>Pizza mixta</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Couscous con calabacín y cebolla Huevos al plato /Fruta</p>	<p>6</p> <p>Festivo</p>
<p>9</p> <p>DÍA VERDE</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Macarrones con boloñesa vegetal casera</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con mazorca de maíz</p> <p>Fruta</p> <p>Wok de verduras Carne de ave /Fruta</p>	<p>10</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Escalope de lomo empanado con samfaina</p> <p>Fruta</p> <p>Crema de calabaza Pescado azul /Fruta</p>	<p>11</p> <p>Ensalada fresca ecológica</p> <p>Sopa de cocido con verduras ECO</p> <p>Cocido completo</p> <p>Yogur Artesano</p> <p>Patatas gratinadas con queso Tortilla de bacalao /Fruta</p>	<p>12</p> <p>Hummus de chirivía</p> <p>Huevos rellenos con bechamel</p> <p>Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>Fruta</p> <p>Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne roja magra /Fruta</p>	<p>13</p> <p>Ensalada fresca ecológica</p> <p>Crema de lentejas rojas y calabaza al curry</p> <p>Goulash de ternera con fideos chinos de arroz</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al papillote /Fruta</p>
<p>16</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>Merluza a la marinera</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada de tomate, queso fresco y anchoas Revuelto de verduras /Fruta</p>	<p>17</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Garbanzos con verduras</p> <p>Pollo al horno con patatas asadas tex-mex</p> <p>Fruta</p> <p>Calabacín a la plancha Pescado blanco /Fruta</p>	<p>18</p> <p>Ensalada fresca ecológica</p> <p>Caracolas a la napolitana</p> <p>Salmón a la naranja con zanahoria fresca al vapor</p> <p>Lácteo</p> <p>Coliflor al ajo arriero Carne blanca magra /Fruta</p>	<p>19</p> <p>DÍA VERDE</p> <p>Ensalada de col ECO</p> <p>Lentejas pardinas con verduras P/ECO</p> <p>Tortilla de patata con millojas de tomate y queso</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Ensalada completa Hamburguesa de soja /Fruta</p>	<p>20</p> <p>MENÚ ESPECIAL DE NAVIDAD</p>
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>
<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>
<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>	<p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p>
<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>	<p>KCAL</p> <p>PROT</p> <p>CA</p> <p>FE</p> <p>HDC</p> <p>LIP</p>