

CEIP SALVADOR TUSET

salvador_tuset
1255_salvador_tuset

Octubre - 2022 MENU CATERING
SALVADOR TUSET

FRUTAS DE TEMPORADA:

Melón, ciruelo
Manzana, pera
Banana

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1255

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



<p>3</p> <p>E Lechuga, tomate, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>1º Lentejas con hortalizas P/ECO</p> <p>2º Tortilla de atún con queso manchego</p> <p>P Fruta</p> <p>S Hervido valenciano Carne blanca plancha /Fruta</p> <p>KCAL 810,54 PROT 37,02g CA 304,00mg FE 8,46mg HDC 88,29g LIP 35,21g</p>	<p>4</p> <p>E Tomate y queso servilleta</p> <p>1º Arroz de otoño (secreto, setas y calabaza)</p> <p>2º Calamares a la andaluza con salsa tártara</p> <p>P Fruta</p> <p>S Wok de verduras Sandwich vegetal /Fruta</p> <p>KCAL 974,17 PROT 43,89g CA 254,03mg FE 5,77mg HDC 78,17g LIP 53,80g</p>	<p>5</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Sopa de cocido con garbanzos</p> <p>2º Pollo asado al horno con patatas asadas con pimentón</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Tostada de brotes con aguacate Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 808,94 PROT 42,23g CA 151,78mg FE 7,15mg HDC 83,61g LIP 33,28g</p>	<p>6</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>1º Macarrones integrales napolitana</p> <p>2º Filete de merluza a la provenzal con guisantes salteados</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Cebolleta y pimiento rojo plancha Huevo /Fruta</p> <p>KCAL 976,71 PROT 43,55g CA 532,46mg FE 7,23mg HDC 127,50g LIP 29,99g</p>	<p>7</p> <p>E Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria, calabacín</p> <p>1º Crema de verduras y legumbres P/ECO con tostones integrales</p> <p>2º Longanizas con pisto (pimiento, tomate, cebolla)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Champiñones gratinados Salmón al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 914,03 PROT 26,95g CA 195,55mg FE 7,72mg HDC 94,20g LIP 48,29g</p>
<p>10</p> <p>E Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria, pasas</p> <p>1º Arroz tres delicias</p> <p>2º Bacalao a la vizcaína</p> <p>P Fruta</p> <p>S Ensalada completa Carne roja magra /Fruta</p> <p>KCAL 866,70 PROT 30,33g CA 167,31mg FE 5,67mg HDC 108,88g LIP 34,67g</p>	<p>11</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Fabada vegetal</p> <p>2º Tortilla de patata con croqueta de la abuela</p> <p>P Fruta</p> <p>S Guisantes con cebolla y jamón Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL 858,79 PROT 34,33g CA 228,90mg FE 10,28mg HDC 108,71g LIP 32,61g</p>	<p>12</p> <p>E Festivo</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>13</p> <p>E Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria, soja</p> <p>1º Fajita de jamón york y queso</p> <p>2º Fideua de pescado y marisco</p> <p>P Yogur natural valenciano</p> <p>S Escalivada Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p> <p>KCAL 795,03 PROT 85,46g CA 481,78mg FE 5,72mg HDC 112,75g LIP 67,58g</p>	<p>14</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz, cebolla morada</p> <p>1º Lentejas con calabaza (cebolla, puerro, zanahoria) P/ECO</p> <p>2º Lomo mediterráneo con patatas panadera</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Quinoa con especias Croquetas caseras de pescado /Fruta</p> <p>KCAL 790,47 PROT 35,10g CA 108,22mg FE 9,08mg HDC 81,83g LIP 48,36g</p>
<p>17</p> <p>E Hojas verdes, aceitunas, maíz, atún</p> <p>1º Caracolas genovesa</p> <p>2º Filete de merluza plancha con pimiento asado</p> <p>P Fruta</p> <p>S Calabacín a la plancha Pavo con champiñones /Fruta</p> <p>KCAL 842,72 PROT 34,10g CA 153,62mg FE 4,87mg HDC 99,07g LIP 48,57g</p>	<p>18</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Garbanzos con acelgas y zanahoria</p> <p>2º Solomillo al horno con cous cous</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Tomate relleno Pescado azul /Fruta</p> <p>KCAL 816,42 PROT 38,77g CA 241,24mg FE 4,13mg HDC 111,72g LIP 26,24g</p>	<p>19</p> <p>E Tomate natural y queso fresco valenciano</p> <p>1º Ensaladilla/ Inf: Tortilla francesa</p> <p>2º Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>P Fruta</p> <p>S Tajin de Verduras Pizza /Fruta</p> <p>KCAL 810,92 PROT 41,47g CA 300,92mg FE 4,19mg HDC 89,60g LIP 31,42g</p>	<p>20</p> <p>E Lechuga, tomate, maíz, zanahoria, huevo duro</p> <p>1º Crema mediterránea de legumbres y verduras</p> <p>2º Cordon bleu con maíz salteado</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Brócoli al vapor Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 929,23 PROT 32,38g CA 325,57mg FE 6,63mg HDC 88,43g LIP 49,78g</p>	<p>21</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>2º All i pebre de rape (con patata)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Judías verdes salteadas Brocheta de tofu /Fruta</p> <p>KCAL 829,56 PROT 31,03g CA 166,07mg FE 6,01mg HDC 113,59g LIP 28,20g</p>
<p>24</p> <p>E Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria, soja</p> <p>1º Lentejas a la jardinera (P/ECO)</p> <p>2º Tortilla de patata con queso</p> <p>P Fruta</p> <p>S Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 823,66 PROT 41,95g CA 390,85mg FE 10,14mg HDC 108,12g LIP 25,31g</p>	<p>25</p> <p>E Lechuga, tomate, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>1º Espaguetis a la italiana (verduras trituradas, tomate, queso)</p> <p>2º Jurel a la meunière con guisantes</p> <p>P Fruta</p> <p>S Curry de pollo y zanahoria Lasaña de calabacín /Fruta</p> <p>KCAL 762,36 PROT 26,64g CA 260,38mg FE 4,88mg HDC 130,13g LIP 35,97g</p>	<p>26</p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas</p> <p>2º Pollo al romero con patatas camperas (gajo)</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Ensalada de tomate y aguacate Quiche de salmón y puerros /Fruta</p> <p>KCAL 789,82 PROT 48,80g CA 184,71mg FE 4,93mg HDC 80,81g LIP 33,11g</p>	<p>27</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>1º Arròs rossejat</p> <p>2º Boquerones enharinados con zanahorias vichy</p> <p>P Yogur Artesano</p> <p>S Patatas gratinadas con queso Croquetas caseras de legumbres /Fruta</p> <p>KCAL 817,85 PROT 37,17g CA 253,00mg FE 5,05mg HDC 86,00g LIP 35,64g</p>	<p>28</p> <p>E Hummus con pan tostado</p> <p>1º Crema de calabaza asada y verduras con tostones</p> <p>2º Albóndigas a la jardinera (cebolla, zanahoria, champiñón)</p> <p>P Postre especial</p> <p>S Berenjena rellena de verduras Huevos al plato /Fruta</p> <p>KCAL 931,86 PROT 40,16g CA 197,03mg FE 5,51mg HDC 182,40g LIP 60,58g</p>
<p>31</p> <p>E Festivo</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Festivo</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Festivo</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Festivo</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p>31</p> <p>E Festivo</p> <p>S</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>

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 preparan 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.

