

CEIP San Sebastián

usuario: san_sebastian

contraseña: 1304_san_sebastian

Març - 2025 MENU CATERING SAN SEBASTIAN

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma
Pera, Maduixot
Taronja

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1304

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



<p>3</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 784,10 PROT 44,42g CA 150,50mg FE 7,60mg HDC 89,09g LIP 35,16g</p> <p>1º Sopa de putxero amb verdures</p> <p>2º Aletes de pollastre a la barbacoa amb creïlles</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix a la llima /Fruita</p>	<p>4</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 976,19 PROT 33,60g CA 161,19mg FE 33,60g HDC 102,49g LIP 24,37g</p> <p>1º Arròs de secret, carabassa i bolets</p> <p>2º Lluç a la marinera amb péssols i creïlles</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bròquil al vapor Carn magra de porc /Fruita</p>	<p>5</p> <p>E Ensalada de col habitada i col copada KCAL 827,03 PROT 44,60g CA 626,08mg FE 9,73mg HDC 140,36g LIP 27,68g</p> <p>1º Cigrons amb sèpia</p> <p>2º Pizza als 4 formatges</p> <p>P Fruita</p> <p>S Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita</p>	<p>6</p> <p>E Hummus d'albergínia amb nachos KCAL 827,90 PROT 47,39g CA 373,31mg FE 11,87mg HDC 111,82g LIP 40,77g</p> <p>1º Macarrons integrals bolonyesa amb formatge</p> <p>2º Truita francesa amb amanida</p> <p>P Lacti</p> <p>S Cous cous amb especíes Carn blanca /Fruita</p>	<p>7</p> <p>E DIA DE BARBACOA</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>
<p>10</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 798,18 PROT 35,93g CA 260,67mg FE 4,03mg HDC 68,21g LIP 42,99g</p> <p>1º Canelons gratinats</p> <p>2º Abadejo a la biscaina</p> <p>P Fruita</p> <p>S Wok de verdures Carn d'au /Fruita</p>	<p>11</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 810,00 PROT 24,32g CA 188,61mg FE 7,50mg HDC 82,81g LIP 42,97g</p> <p>1º Fesols amb verdures ecològiques P/ECO</p> <p>2º Llonganisses amb tomaca</p> <p>P Fruita</p> <p>S Panolla amb sal Peix blanc /Fruita</p>	<p>12</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 770,80 PROT 27,73g CA 284,42mg FE 5,56mg HDC 95,13g LIP 31,85g</p> <p>1º Capritx de calamar</p> <p>2º Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>P Lacti</p> <p>S Crema de carlota Remenat de péssols amb pernil /Fruita</p>	<p>13</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 770,97 PROT 44,02g CA 146,36mg FE 7,71mg HDC 76,73g LIP 36,78g</p> <p>1º Sopa de bullit amb cigrons i verdures ecològiques</p> <p>2º Pollastre amb all amb creïlles fornada</p> <p>P Fruita</p> <p>S Escalivada Peix blau /Fruita</p>	<p>14</p> <p>E Amanida fresca ecològica KCAL 800,34 PROT 48,18g CA 463,38mg FE 7,61mg HDC 103,10g LIP 42,09g</p> <p>1º Fideua de peix i marisc</p> <p>2º Truita francesa amb formatge</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Creïlles cuites Mandonguilles vegetals /Fruita</p>
<p>17</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 788,11 PROT 30,50g CA 375,01mg FE 6,33mg HDC 60,49g LIP 47,47g</p> <p>1º Creïlles a la riojana amb xoriço</p> <p>2º Truita de carbassó amb formatge</p> <p>P Fruita</p> <p>S Ceba tendra i pimentó roig plantxa Carn blanca /Fruita</p>	<p>18</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 863,71 PROT 51,22g CA 172,31mg FE 8,85mg HDC 121,53g LIP 35,45g</p> <p>1º Sopa d'olla</p> <p>2º Goulash de vedella amb gnocchis</p> <p>P Fruita</p> <p>S Xampinyons gratinats Peix a la llima /Fruita</p>	<p>19</p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>20</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 935,67 PROT 53,85g CA 308,81mg FE 11,05mg HDC 88,42g LIP 40,65g</p> <p>1º Llentilles a l'hortolana</p> <p>2º Truita de creïlla amb pernil</p> <p>P Lacti</p> <p>S Minestra saltejada Carn d'au /Fruita</p>	<p>21</p> <p>E Hummus de cigrons</p> <p>1º Arròs del senyoret</p> <p>2º Bunyols de bacallà amb amanida</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Amanida de tomata i alvocat Albergínia farcida de soja texturizada /Fruita</p>
<p>24</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 873,07 PROT 34,99g CA 315,18mg FE 4,65mg HDC 126,86g LIP 25,13g</p> <p>1º Fabada vegetal</p> <p>2º Hamburguesa completa amb formatge i creïlles</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix a la llima /Fruita</p>	<p>25</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 809,38 PROT 26,63g CA 150,77mg FE 4,65mg HDC 103,33g LIP 46,47g</p> <p>1º Pasta al pomodoro amb formatge</p> <p>2º Lluç amb salsa mery amb saltat de verdures</p> <p>P Fruita</p> <p>S Amanida completa Carn d'au /Fruita</p>	<p>26</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 902,75 PROT 39,37g CA 169,41mg FE 8,13mg HDC 112,11g LIP 40,27g</p> <p>1º Sopa d'olla</p> <p>2º Truita de creïlla amb croqueta de la iaia</p> <p>P Fruita ECO</p> <p>S Xips de moniato al forn Pizza casolana de verdures fresques de</p>	<p>27</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 948,95 PROT 30,08g CA 245,92mg FE 4,52mg HDC 117,07g LIP 40,67g</p> <p>1º Quesadilla de titot i formatge</p> <p>2º Paella valenciana amb pollastre de camp i carxofes frescas</p> <p>P Fruita</p> <p>S Tosta d'hummus Peix blanc /Fruita</p>	<p>28</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 758,07 PROT 43,04g CA 324,73mg FE 8,16mg HDC 80,28g LIP 29,75g</p> <p>1º Llentilles amb verdures P/ECO</p> <p>2º Salmó a la taronja amb bròquil</p> <p>P Lacti</p> <p>S Creïlles gratinades amb formatge Carn blanca magra /Fruita</p>
<p>31</p> <p>E Amanida de verdures de temporada KCAL 798,93 PROT 23,01g CA 124,58mg FE 6,12mg HDC 76,54g LIP 56,87g</p> <p>1º Crema de chirivía, carlota i poma</p> <p>2º Llomello a la jardineria</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carxofes saltejades Truita de ceba /Fruita</p>				

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

Disposem de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc. L'avaluació nutricional està basada 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.



CEIP San Sebastián

usuario: san_sebastian

contraseña: 1304_san_sebastian

Marzo - 2025 MENU CATERING SAN SEBASTIAN

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Fresón
Naranja

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1304

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 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>3</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de cocido con verduras</p> <p>Alitas de pollo a la barbacoa con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Calabacín a la plancha Pescado al limón /Fruta</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Arroz de secreto, calabaza y setas</p> <p>Merluza a la marinera con guisantes y patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Brócoli al vapor Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p>5</p> <p>Ensalada de col morada y repollo</p> <p>Garbanzos con sepia</p> <p>Pizza a los 4 quesos</p> <p>Fruta</p> <p>Menestra salteada Pescado al papillote /Fruta</p>	<p>6</p> <p>Hummus de berenjena con nachos</p> <p>Macarrones integrales boloñesa con queso</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Lácteo</p> <p>Cous cous con especias Carne blanca /Fruta</p>	<p>7</p> <p>DÍA DE BARBACOA</p>
<p>10</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Canelones gratinados</p> <p>Abadejo a la vizcaína</p> <p>Fruta</p> <p>Wok de verduras Carne de ave /Fruta</p>	<p>11</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Alubias blancas con verduras P/ECO</p> <p>Longanizas con tomate</p> <p>Fruta</p> <p>Mazorca de maíz con sal Pescado blanco /Fruta</p>	<p>12</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Capricho de calamar</p> <p>Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>Lácteo</p> <p>Crema de zanahoria Revuelto de guisantes con jamón /Fruta</p>	<p>13</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de cocido con garbanzos y verduras ecológicas</p> <p>Pollo al ajillo con patatas panadera</p> <p>Fruta</p> <p>Escalivada Pescado azul /Fruta</p>	<p>14</p> <p>Ensalada fresca ecológica</p> <p>Fideua de pescado y marisco</p> <p>Tortilla francesa con queso</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Patatas cocidas Albóndigas vegetales /Fruta</p>
<p>17</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Patatas a la riojana con chorizo</p> <p>Tortilla de calabacín con queso</p> <p>Fruta</p> <p>Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne blanca /Fruta</p>	<p>18</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Goulash de ternera con gnocchis</p> <p>Fruta</p> <p>Champiñones gratinados Pescado al limón /Fruta</p>	<p>19</p> <p>Festivo</p>	<p>20</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas a la hortelana</p> <p>Tortilla de patata con jamón serrano</p> <p>Lácteo</p> <p>Menestra salteada Carne de ave /Fruta</p>	<p>21</p> <p>Hummus de garbanzos</p> <p>Arroz del senyoret</p> <p>Buñuelos de bacalao con ensalada</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Ensalada de tomate y aguacate Berenjena rellena de soja texturizada /Fruta</p>
<p>24</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Fabada vegetal</p> <p>Hamburguesa completa con queso y patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Calabacín a la plancha Pescado al limón /Fruta</p>	<p>25</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Caracolas al pomodoro con queso</p> <p>Merluza en salsa mery con salteado de verduras</p> <p>Fruta</p> <p>Ensalada completa Carne de ave /Fruta</p>	<p>26</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Tortilla de patata con croqueta de la abuela</p> <p>Fruta ECO</p> <p>Chips de boniato al horno Pizza casera de verduras frescas de temporada</p>	<p>27</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Quesadilla de pavo y queso</p> <p>Paella valenciana con pollo de campo alcachofas frescas</p> <p>Fruta</p> <p>Tosta de hummus Pescado blanco /Fruta</p>	<p>28</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Lentejas con verduras P/ECO</p> <p>Salmón a la naranja con brócoli</p> <p>Lácteo</p> <p>Patatas gratinadas con queso Carne blanca magra /Fruta</p>
<p>31</p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Crema de chirivía, zanahoria y manzana</p> <p>Lomo a la jardinera</p> <p>Fruta</p> <p>Alcachofas salteadas Tortilla de cebolla /Fruta</p>				