COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

CEIP Verge dels desemparats

usuario: desamparados_silla

contraseña: 1428_desamparados_silla

Gener - 2026 MENU MENSUAL DESAMPARADOS SILLA

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera
Persimon, Mandarina

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP App Store / Google Play

EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1428

VALOR DIFERENCIADOR

RECETA VEGETARIANA · PESCA SOSTENIBLE · PRODUCTOS ECOLÓGICOS · RECETA FOODIE · GASTRONOMÍA TRADICIONAL · PRODUCTO DE TEMPORADA · PRODUCTO LOCAL KM.0

AL·LÈRGENS

API · CACAUETS · FRUITS DE CORTA · SÉSAM · CRUSTACIS · LACTIS · SULFITS · OU · GLUTEN · PEIX · SOJA · MOL·LUSCOS · TRAMUSSOS · MOSTASSA

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

Disposem de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiaquía, etc. L'avaluació nutricional es basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la "Guia de menús de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La informació sobre els al·lergògens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.

	E	1º	2º	P	S
7	Ensalada de verdures de temporada	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal **Rodanxa de lluç amb bròquil ECO**	Fruita		Tosta d'hummus Carn blanca /Fruita
8	Ensalada de verdures de temporada	Crema de remolatxa i coliflor amb tostons integrals Mandonguilles guisades amb arròs pilaf integral	Iogurt		Quinoa amb espècies Peix blau /Fruita
9	**Ensalada fresca ecològica**	Potatge de cigrons amb espinacs Truita de creïlla amb samfaina	**Fruita ECO**		Bullit de verdures Carn d'au /Fruita
12	Ensalada fresca de temporada amb fruita	Crema dubarry (coliflor i fesols) amb crostons Pizza margarida	Fruita		Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita
13	Amanida fresca de temporada amb escarola	Guisat de sépia i rap amb creïlles, pésols i carlota Truita d'espinacs i pa amb oli i pebre roig	Iogurt		Carabasseta a la plantxa Hamburguesa de pollastre i bròcoli /Fruita
14	**Ensalada fresca ecològica**	**Llentilles a l'hortolana P/ECO** Agulla de llom a la taronja amb pasta caragols de mar	**Fruita ECO**		Xips de moniato al forn Peix blanc /Fruita
15	**Ensalada fresca ecològica**	Arròs a la cubana (tomaca i ou) Filet de lluç planxa amb carxofes	Fruita		Panolla amb sal Carn roja magra /Fruita
16	**DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA** Croquetes casolanes	Sopa minestrone Pollastre al forn amb bacon cheese fries	Fruita		Péssols amb pernil i ceba Truita de creïlla i ceba /Fruita
19	Amanida de col	Espaguetis integrals bolonyesa Bacallà lactonesa	Fruita		Bajoqueta saltejada Carn blanca magra /Fruita
20	Xips de remolatxa	Olleta alacantina (llegums, verdura, arròs, creïlla) Truita de formatge amb amanida de fulles verdes	Fruita		Amanida completa Peix a la llima /Fruita
21	Ensalada de verdures de temporada	**Sopa de putxero amb verdures ECO** Putxero	Iogurt		Péssols amb pernil i ceba Remenat de verdures /Fruita
22	**Ensalada fresca ecològica**	Arròs amb bledes Llucet enfarinat en maionesa de cítrics	**Fruita ECO**		Cous cous amb especies Carn magra de porc /Fruita
23	**Ensalada fresca ecològica**	Crema festival de llegums Pit de pollastre a la crema amb creïlles	Fruita		Coliflor gratinada Peix blau /Fruita
26	Ensalada de verdures de temporada	Llentilles amb verdures i arrós Hamburguesa vegetal amb creïlles rostides al pebre roig	Fruita		Crema de carlota Truita de tonyina i carabasseta /Fruita
27	Ensalada de verdures de temporada	Espirals a la napolitana amb formatge Crunch de salmó amb carlota vichy	Fruita		Broquetes de verdures Carn d'au /Fruita
28	**Ensalada fresca ecològica**	**Fesols blancs amb carabassa P/ECO** Goulash de magre amb cous cous	Fruita		Escalivada amb tostes Peix blanc /Fruita
29	Amanida de col	Calamars amb salsa de tomàquet Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp	Iogurt		Wok de verdures Carn magra de porc /Fruita
30	**Ensalada fresca ecològica**	Sopa d'olla Llonganisses amb faves	**Fruita ECO**		Saltat de carabasseta, carlota i quinoa Peix al papillote /Fruita

	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
7	816,50	32,65g	232,32mg	6,42mg	102,25g	31,83g
8	926,97	21,40g	300,59mg	3,14mg	83,39g	55,84g
9	774,10	27,14g	276,96mg	11,09mg	107,51g	26,35g
12	831,45	29,50g	305,85mg	5,50mg	127,88g	22,92g
13	754,77	36,43g	375,78mg	8,27mg	91,38g	27,58g
14	985,48	63,31g	163,59mg	11,64mg	126,71g	38,74g
15	778,28	31,76g	180,21mg	5,47mg	89,97g	32,47g
16	800,67	49,27g	153,16mg	4,31mg	97,65g	39,38g
19	756,28	31,20g	231,26mg	7,44mg	115,03g	19,52g
20	807,34	37,51g	505,91mg	8,82mg	100,32g	28,86g
21	774,90	47,16g	355,20mg	9,13mg	93,57g	32,06g
22	914,11	30,71g	215,33mg	6,88mg	103,20g	42,10g
23	837,04	42,65g	266,75mg	10,16mg	88,91g	34,63g
26	843,50	22,63g	133,61mg	7,44mg	121,52g	30,46g
27	791,48	34,15g	208,43mg	5,83mg	104,11g	28,51g
28	781,94	36,59g	196,38mg	8,26mg	107,90g	25,43g
29	816,07	34,22g	319,51mg	4,13mg	93,71g	33,59g
30	845,77	29,39g	106,34mg	6,28mg	83,56g	51,39g

COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

CEIP Verge dels desemparats

usuario: desamparados_silla

contraseña: 1428_desamparados_silla

Enero - 2026 MENU MENSUAL DESAMPARADOS SILLA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera
Persimon, Mandarina

*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA NUESTRA APP

App Store / Google Play

TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1428

VALOR DIFERENCIADOR

RECETA VEGETARIANA · PESCA SOSTENIBLE · PRODUCTOS ECOLÓGICOS · RECETA FOODIE · GASTRONOMÍA TRADICIONAL · PRODUCTO DE TEMPORADA · PRODUCTO LOCAL KM.0

ALERGENOS

APIO · CACAHUETES · FRUTOS SECOS · SÉSAMO · CRUSTACEOS · LÁCTEOS · SULFITOS · HUEVO · GLUTEN · PESCADO · SOJA · MOLUSCOS · ALTRAMUCES · MOSTAZA

Avda. 1° 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 adaptadosa la edad de los niños, dietas, alergias, celilaquia, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan conforme a las directrices de la "Guia de menús de menjadors 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.

	1	2	3	4	5
E					
1º					
2º					
P					
S					

	6	7	8	9
E		Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	**Ensalada fresca ecológica**
1º		Macarrones integrales con boloñesa vegetal	Crema de remolacha y coliflor con tostones integrales	Potaje de garbanzos con espinacas
2º		**Rodaja de merluza con brócoli ECO**	Albóndigas guisadas con arroz pilaf integral	Tortilla de patata con pisto
P		Fruta	Yogur	**Fruta ECO**
S		Tosta de hummus Carne blanca /Fruta	Quinoa con especias Pescado azul /Fruta	Hervido de verduras Carne de ave /Fruta
KCAL		816,50	926,97	774,10
PROT		32,65g	21,40g	27,14g
CA		232,32mg	300,59mg	276,96mg
FE		6,42mg	3,14mg	11,09mg
HDC		102,25g	83,39g	107,51g
LIP		31,83g	55,84g	26,35g

	12	13	14	15	16
E	Ensalada fresca de temporada con fruta	Ensalada fresca de temporada con escarola	**Ensalada fresca ecológica**	**Ensalada fresca ecológica**	**DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA** Croquetas caseras
1º	Crema dubarry (coliflor y alubias) con picatostes	Guiso de sepia y rape con patatas, guisantes y zanahoria	**Lentejas a la hortelana P/ECO**	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	Sopa minestrone
2º	Pizza margarita	Tortilla de espinacas y pan con aceite y pimentón	Aguja de lomo a la naranja con caracolas	Filete de merluza plancha con alcachofas	Pollo al horno con bacon cheese fries
P	Fruta	Yogur	**Fruta ECO**	Fruta	Fruta
S	Menestra salteada Pescado al papillote /Fruta	Calabacín a la plancha Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta	Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta	Mazorca de maíz con sal Carne roja magra /Fruta	Guisantes con cebolla y jamón Tortilla de patata y cebolla /Fruta
KCAL	831,45	754,77	985,48	778,28	800,67
PROT	29,50g	36,43g	63,31g	31,76g	49,27g
CA	305,85mg	375,78mg	163,59mg	180,21mg	153,16mg
FE	5,50mg	8,27mg	11,64mg	5,47mg	4,31mg
HDC	127,88g	91,38g	126,71g	89,97g	97,65g
LIP	22,92g	27,58g	38,74g	32,47g	39,38g

	19	20	21	22	23
E	Ensalada de col	Chips de remolacha	Ensalada de verduras de temporada	**Ensalada fresca ecológica**	**Ensalada fresca ecológica**
1º	Espaguetis integrales boloñesa	Olleta alicantina (legumbres, verdura, arroz, patata)	**Sopa de cocido con verduras ECO**	Arroz con acelgas	Crema festival de legumbres
2º	Abadejo lactonesa	Tortilla de queso con ensalada de hojas verdes	Cocido completo	Pescadilla enharinada con mayonesa de cítricos	Pechuga pollo a la crema con patatas
P	Fruta	Fruta	Yogur	**Fruta ECO**	Fruta
S	Judías verdes salteadas Carne blanca magra /Fruta	Ensalada completa Pescado al limón /Fruta	Guisantes con cebolla y jamón Revuelto de verduras /Fruta	Cous cous con especias Carne magra de cerdo /Fruta	Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta
KCAL	756,28	807,34	774,90	914,11	837,04
PROT	31,20g	37,51g	47,16g	30,71g	42,65g
CA	231,26mg	505,91mg	355,20mg	215,33mg	266,75mg
FE	7,44mg	8,82mg	9,13mg	6,88mg	10,16mg
HDC	115,03g	100,32g	93,57g	103,20g	88,91g
LIP	19,52g	28,86g	32,06g	42,10g	34,63g

	26	27	28	29	30
E	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	**Ensalada fresca ecológica**	Ensalada de col	**Ensalada fresca ecológica**
1º	Lentejas con verduras y arroz	Espirales a la napolitana con queso	**Alubias blancas con calabaza P/ECO**	Calamares con salsa de tomate	Sopa de puchero
2º	Hamburguesa vegetal con patatas asadas al pimentón	Crunch de salmón con zanahoria vichy	Goulash de magro con cous cous	Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo	Longanizas con habas
P	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	**Fruta ECO**
S	Crema de zanahoria Tortilla de atún y calabacín /Fruta	Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta	Escalivada con tostas Pescado blanco /Fruta	Wok de verduras Carne magra de cerdo /Fruta	Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al papillote /Fruta
KCAL	843,50	791,48	781,94	816,07	845,77
PROT	22,63g	34,15g	36,59g	34,22g	29,39g
CA	133,61mg	208,43mg	196,38mg	319,51mg	106,34mg
FE	7,44mg	5,83mg	8,26mg	4,13mg	6,28mg
HDC	121,52g	104,11g	107,90g	93,71g	83,56g
LIP	30,46g	28,51g	25,43g	33,59g	51,39g