

CEIP VTE FAUBEL ZAPATA

faubel_zapata
370_faubel_zapata

Juny - 2023 MENU CATERING
FAUBEL ZAPATA

FRUITES DE TEMPORADA:

Meló, Meló d'Alger
Nectarí, Bresquilla
Albercoc, Banana
Pera, Pruna

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1312

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.

Menú	Plat	Ingredients	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	E	Amanida fresca ecològica	765,70	26,48g	285,92mg	4,08mg	68,25g	43,36g
	1º	Crema de verdures de temporada P/ECO amb tostons						
	2º	Delícies de pollastre amb creïlles						
	P	Iogurt Artesà						
S	Carxofes saltejades Peix blanc /Fruita							
2	E	Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, raves	841,82	40,37g	409,26mg	6,62mg	118,71g	41,53g
	1º	Pasta amb tonyina, tomaca i formatge						
	2º	Truita francesa amb formatge						
	P	Fruita ECO						
S	Panolla amb sal Carn blanca /Fruita							
5	E	Fulles verdes, tomaca, olives i verat	817,61	47,24g	153,91mg	10,08mg	70,74g	38,36g
	1º	Llenties a l'hortolana						
	2º	Llonganisses amb tomaca						
	P	Fruita						
S	Wok de verdures Ou /Fruita							
6	E	Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, cogombre	776,12	34,18g	366,61mg	4,80mg	105,01g	26,52g
	1º	Espaguetis integrals al "portobello" amb formatge						
	2º	Luç a la provençal amb pebrots salats						
	P	Fruita						
S	Amanida de tomata i alvocat Carn magra de porc /Fruita							
7	E	Amanida fresca ecològica	911,95	52,19g	245,90mg	11,03mg	98,69g	37,58g
	1º	Sopa d'olla (vedella, porc, au) amb verdures ECO						
	2º	Pollastre al forn (Infantil: Pollastre desossat) amb patates grill						
	P	Fruita						
S	Coliflor gratinada Peix blau /Fruita							
8	E	Gaspatxo de meló d'alger	939,61	40,79g	260,08mg	5,69mg	110,89g	37,20g
	1º	Arròs a la cubana (tomaca i ou)						
	2º	Aladrocs en tempura (Infantil: Suprema de luç) amb amanida						
	P	Lacti						
S	Bajoqueta saltejada Sandvitx vegetal /Fruita							
9	E	Hummus de garbanzos con nachos	873,80	31,77g	113,03mg	7,09mg	99,65g	67,96g
	1º	Crema de verdures de temporada amb tostons						
	2º	Llom al forn amb cous cous						
	P	Fruita ECO						
S	Carabasseta a la planxa Hamburguesa de llegums /Fruita							
12	E	Encisam, tomaca, espàrrecs, dacsca, carlota	792,34	33,11g	263,38mg	5,25mg	102,24g	29,65g
	1º	carrons a la genovesa (xampinyó, bacon, tomaca i formatge)						
	2º	Bacallà a la "koskera"						
	P	Fruita						
S	Gaspatxo Carn d'au /Fruita							
13	E	Encisam, tomaca, dacsca, poma	836,90	41,43g	194,67mg	5,77mg	82,63g	37,99g
	1º	Guisat de sépia amb creïlles, péssols i carlota						
	2º	Pizza mixta						
	P	Fruita						
S	Tajin de Verdures Mandonguilles vegetals /Fruita							
14	E	Encisam, espinacs, tomaca i formatge	836,90	41,43g	194,67mg	5,77mg	82,63g	37,99g
	1º	Arròs tres delícies						
	2º	Salmó a la planxa amb fesols tendres estofats						
	P	Fruita						
S	Espàrrecs amb pernil Truita de ceba /Fruita							
15	E	Amanida fresca ecològica	814,50	37,29g	231,20mg	6,66mg	88,59g	35,96g
	1º	Crema de fesols amb verdures P/ECO amb tostons						
	2º	Aletes de pollastre bbq (Infantil: Rellom) amb dacsca saltejada						
	P	Gelat						
S	Cous cous amb especes Peix blau /Fruita							
16	E	Gaspatxo andalús	754,31	33,01g	175,78mg	6,47mg	133,45g	30,83g
	1º	Ensalada de creïlla i maionesa (Infantil: York i formatge)						
	2º	Fideuà de peix i marisc (fons de llotja)						
	P	Fruita ECO						
S	Verdures saltejades amb arròs Carn blanca /Fruita							
19	E	Fulles verdes, tomaca, dacsca, carlota i soja	746,37	34,14g	460,50mg	9,56mg	101,07g	23,07g
	1º	Cigrons amb verdures						
	2º	Truita de creïlla amb formatge						
	P	Fruita						
S	Broquetes de verdures Pizza casolana de verdures fresques de							
20	E	Crema freda de meló	851,69	44,85g	570,36mg	6,01mg	124,11g	38,29g
	1º	Pasta a la italiana amb tomaca i formatge						
	2º	Luç al forn amb bròquil						
	P	Fruita ECO						
S	Tosta d'hummus Carn d'au /Fruita							
21	E	Amanida tropical	752,69	37,20g	379,94mg	5,05mg	95,92g	27,88g
	1º	Sopa d'olla especial (vedella, porc, au) amb verdures ECO						
	2º	Hamburguesa completa (Infantil: H. planxa) amb creïlles al pebre						
	P	Lacti						
S	Wok de verdures Peix al papillote /Fruita							
22	E	MENÚ ESPECIAL FI DE CURS Amanida capresse	960,85	62,48g	364,12mg	4,53mg	173,77g	55,95g
	1º	Calamars enfarinats						
	2º	Paella valenciana amb pollastre de camp						
	P	Postre especial						
S	Amanida completa Regirat de faves amb pernil /Fruita							

CEIP VTE FAUBEL ZAPATA

faubel_zapata
370_faubel_zapata

Junio - 2023 MENU CATERING
FAUBEL ZAPATA

FRUTAS DE TEMPORADA:

Melón, Sandía
Nectarina, Melocotón
Albaricoque, Banana
Pera, Ciruela

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1312

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.

<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP	<table border="1"> <tr><td>1</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Ensalada fresca ecológica Crema de verduras de temporada P/ECO con tostones Delicias de pollo rebozadas con patatas Yogur Artesano Alcachofas salteadas Pescado blanco /Fruta</p>	1	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>2</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, rábanos Pasta con atún, tomate y queso Tortilla francesa con queso Fruta ECO Mazorca de maíz con sal Carne blanca /Fruta</p>	2	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP																		
E	KCAL																																																																																													
1º	PROT																																																																																													
2º	CA																																																																																													
P	FE																																																																																													
	HDC																																																																																													
	LIP																																																																																													
E	KCAL																																																																																													
1º	PROT																																																																																													
2º	CA																																																																																													
P	FE																																																																																													
	HDC																																																																																													
	LIP																																																																																													
E	KCAL																																																																																													
1º	PROT																																																																																													
2º	CA																																																																																													
P	FE																																																																																													
	HDC																																																																																													
	LIP																																																																																													
1	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
2	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>5</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Hojas verdes, tomate, aceitunas y caballa Lentejas a la hortelana Longanizas con tomate Fruta Wok de verduras Huevo /Fruta</p>	5	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>6</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino Espaguetis integrales a lo portobello con queso Merluza a la provenzal con pimientos salteados Fruta Ensalada de tomate y aguacate Carne magra de cerdo /Fruta</p>	6	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>7</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Ensalada fresca ecológica Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO Pollo al horno (Infantil: Pollo deshuesado) con patatas gajo Fruta Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta</p>	7	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>8</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Gazpacho de sandía Arroz a la cubana (tomate y huevo) Boquerón en tempura (Infantil: Suprema de merluza) con ensalada Lácteo Judías verdes salteadas Sandwich vegetal /Fruta</p>	8	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>9</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Hummus de garbanzos con nachos Crema de verduras de temporada con tostones Lomo al horno con cous cous Fruta ECO Calabacín a la plancha Hamburguesa de legumbres /Fruta</p>	9	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP
5	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
6	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
7	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
8	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
9	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>12</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Lechuga, tomate, espárragos, maíz, zanahoria Macarrones a la genovesa (champiñón, bacon, tomate y queso) Bacalao a la koskera Fruta Gazpacho Carne de ave /Fruta</p>	12	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>13</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Lechuga, tomate, maíz, manzana Guisado de sepia con patatas, guisantes y zanahoria Pizza mixta Fruta Tajin de Verduras Albóndigas vegetales /Fruta</p>	13	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>14</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Lechuga, espinacas, tomate y queso Arroz tres delicias Salmón a la plancha con judías verdes estofadas Fruta Espárragos con jamón Tortilla de cebolla /Fruta</p>	14	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>15</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Ensalada fresca ecológica Crema de alubias con verduras P/ECO con tostones Alitas de pollo bbq (Infantil: Solomillo) con maíz salteado Helado Cous cous con especias Pescado azul /Fruta</p>	15	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>16</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Gazpacho andaluz Ensaladilla (Infantil: York y queso) Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja) Fruta ECO Verduras salteadas con arroz Carne blanca /Fruta</p>	16	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP
12	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
13	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
14	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
15	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
16	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
<table border="1"> <tr><td>19</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Hojas verdes, tomate, maíz, zanahoria y soja Garbanzos con verduras Tortilla de patata con queso Fruta Brochetas de verduras Pizza casera de verduras frescas de temporada</p>	19	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>20</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Crema fría de melón Pasta a la italiana con tomate y queso Merluza al horno con brócoli Fruta ECO Tosta de hummus Carne de ave /Fruta</p>	20	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>21</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>Ensalada Tropical Sopa de cocido especial (ternera, cerdo, ave) con verduras ECO Hamburguesa completa (Infantil: H. plancha) con patatas al pimentón Lácteo Wok de verduras Pescado al papillote /Fruta</p>	21	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>22</td><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table> <p>MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Ensalada capresse Calamares enharinados Paella valenciana con pollo de campo Postre especial Ensalada completa Revuelto de habas con jamón /Fruta</p>	22	E	KCAL		1º	PROT		2º	CA		P	FE			HDC			LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>PROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	PROT	2º	CA	P	FE		HDC		LIP						
19	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
20	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
21	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
22	E	KCAL																																																																																												
	1º	PROT																																																																																												
	2º	CA																																																																																												
	P	FE																																																																																												
		HDC																																																																																												
		LIP																																																																																												
E	KCAL																																																																																													
1º	PROT																																																																																													
2º	CA																																																																																													
P	FE																																																																																													
	HDC																																																																																													
	LIP																																																																																													