

CEIP Mozart

usuario: mozart  
contraseña: 232\_mozart

Novembre - 2021 Basal

## FRUITES DE TEMPORADA:

Peres, Caquis, Banana  
Meló, Mandarina, Taronja  
Poma, Pruna  
Torna el suc natural!!

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1169

## VALOR DIFERENCIADOR



## AL·LÈRGENS



<p><b>1</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, api</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>2</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, dacs, carlota</p> <p>1º Fideua de peix i marisc</p> <p>2º Truita de creïlla amb formatge</p> <p>P Lacti</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Carne blanca /Fruita</p>	<p><b>3</b></p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Llentilles amb verdures P/ECO</p> <p>2º Llomello adobat cassolà amb xampinyó ofegat</p> <p>P Fruita</p> <p>S Ceba tendra i pimentó roig plantxa Peix blanc /Fruita</p>	<p><b>4</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, formatge fresc</p> <p>1º Arròs de tardor amb bolets i magre</p> <p>2º Fingers de salmó al forn amb saltat thai</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Crema de carabassa Carn roja magra /Fruita</p>	<p><b>5</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, ou dur</p> <p>1º Sopa d'olla amb fideus</p> <p>2º Pollastre rostit al forn amb creïlles rostides "tex-mex"</p> <p>P Fruita</p> <p>S Amanida completa Peix al papillote /Fruita</p>
<p><b>8</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, api</p> <p>1º Caragols a la carbonara</p> <p>2º Abadejo a la biscaina</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bullit valencià Ou /Fruita</p>	<p><b>9</b></p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Crema bretona de fesols</p> <p>2º Mandonguilles de carn amb arròs pilaf</p> <p>P Iogurt Artesà</p> <p>S Tajin de Verdures Peix blanc /Fruita</p>	<p><b>10</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, cogombre</p> <p>1º Macarrons integrals (verdures triturades, tomaca, formatge)</p> <p>2º Filet de lluç gratinat provençal amb brócoli</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carxofes saltejades Carn blanca magra /Fruita</p>	<p><b>11</b></p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Cigrons amb carabassa i carlotes P/ECO</p> <p>2º Rellom de porc en salsa amb cous cous</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Quinoa amb espècies Peix a la llima /Fruita</p>	<p><b>12</b></p> <p>E Tosta de hummus</p> <p>1º Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>2º Aladros en tempura amb amanida</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de verdures Sandvitx vegetal /Fruita</p>
<p><b>15</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, poma</p> <p>1º Llentilles a la jardineria amb poma</p> <p>2º Llonganisses amb faves</p> <p>P Fruita</p> <p>S Verdurites estofades amb pollastre Peix blau /Fruita</p>	<p><b>16</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, tonyina</p> <p>1º Tallarines amb bolonyesa vegetal</p> <p>2º Truita francesa amb croqueta de la iaia</p> <p>P Lacti</p> <p>S Taboude de couscous Carn d'au /Fruita</p>	<p><b>17</b></p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Sopa d'olla amb fideus</p> <p>2º Pit de pollastre al curri amb creïlles</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Lasanya de carabasseta Minestra saltejada /Fruita</p>	<p><b>18</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, dacs, carlota</p> <p>1º Arròs rossejat</p> <p>2º Halibut en salsa de tomaca amb carlotes saltada</p> <p>P Fruita</p> <p>S Amanida de cogombre, tomata i formatge fresc Hamburguesa de llentilles /Fruita</p>	<p><b>19</b></p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Fabada vegetal (carlota, ceba, pimentó)</p> <p>2º Pizza quatre estacions /Truita francesa (infantil)</p> <p>P Fruita</p> <p>S Amanida completa Alberginia farcida de verdures /Fruita</p>
<p><b>22</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, formatge fresc</p> <p>1º Fideus a la cassola</p> <p>2º Lluç lionés amb bajoquetes saltades</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Wok de verdures Curri de pollastre i carlota /Fruita</p>	<p><b>23</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, pinya</p> <p>1º Crema de cigrons i moniato</p> <p>2º Goulash de vedella amb arròs pilaf</p> <p>P Iogurt natural valencià</p> <p>S Sopa de sèmola i verdures Remenat d'espínacs /Fruita</p>	<p><b>24</b></p> <p>E Hummus de cigrons amb nachos</p> <p>1º Rabes a l'andalusa amb amanida</p> <p>2º Canelons gratinats</p> <p>P Fruita</p> <p>S Coliflor amb creïlla Peix a la llima /Fruita</p>	<p><b>25</b></p> <p>E Amanida fresca ecològica</p> <p>1º Llentilles amb carabassa (ceba, porro i carlota) P/ECO</p> <p>2º Truita de carabasseta i creïlla amb panolla</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bròquil al vapor Peix al papillote /Fruita</p>	<p><b>26</b></p> <p>E Tomaca natural y formatge fresc</p> <p>1º Entremesos variats</p> <p>2º Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bajoqueta saltejada Croquetes casolanes de llegums /Fruita</p>
<p><b>29</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, cogombre</p> <p>1º Guisat de costelles amb verdures i creïlles</p> <p>2º Conrachuixa de pollastre (empanat casolà amb kikos) amb tomaca</p> <p>P Fruita</p> <p>S Tosta d'hummus Peix blanc /Fruita</p>	<p><b>30</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacs, carlota, poma</p> <p>1º Arròs a la milanesa</p> <p>2º Truita de tonyina amb formatge "villalón"</p> <p>P Lacti</p> <p>S Broquetes de verdures "Fajita" /Fruita</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

Disposem de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiàquia, 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·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.



## CEIP Mozart

usuario: mozart  
contraseña: 232\_mozart

Noviembre - 2021 Basal

### FRUTAS DE TEMPORADA:

Peras, Caquis, Banana  
Melón, Mandarina, Naranja  
Manzana, Ciruela  
¡¡Vuelve el zumo natural!!

DESCARGA  
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1169

### VALOR DIFERENCIADOR



### ALERGENOS



<p><b>1</b></p> <p>E</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>KCAL 877,31 PROT 35,87g CA 612,58mg FE 7,80mg HDC 126,04g LIP 36,91g</p>	<p><b>2</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>2º Fideua de pescado y marisco</p> <p>3º Tortilla de patata con queso tronchón</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta</p> <p>KCAL 877,31 PROT 35,87g CA 612,58mg FE 7,80mg HDC 126,04g LIP 36,91g</p>	<p><b>3</b></p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Lentejas con verduras P/ECO</p> <p>3º Lomo adobado casero con champiñón rehogado</p> <p>P Fruta</p> <p>S Cebolleta y pimiento rojo plancha Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 876,03 PROT 39,08g CA 148,50mg FE 9,99mg HDC 91,62g LIP 53,81g</p>	<p><b>4</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, queso fresco</p> <p>2º Arroz de otoño con setas y magro</p> <p>3º Fingers de salmón al horno con salteado thai</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Crema de calabaza Carne roja magra /Fruta</p> <p>KCAL 949,15 PROT 45,07g CA 209,96mg FE 5,82mg HDC 88,74g LIP 45,79g</p>	<p><b>5</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, huevo duro</p> <p>2º Sopa cocido con fideos</p> <p>3º Pollo asado al horno con patatas asadas tex-mex</p> <p>P Fruta</p> <p>S Ensalada completa Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 831,12 PROT 55,01g CA 152,05mg FE 7,87mg HDC 88,63g LIP 34,22g</p>
<p><b>8</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, apio</p> <p>2º Caracolas a la carbonara</p> <p>3º Bacalao a la vizcaína</p> <p>P Fruta</p> <p>S Hervido valenciano Huevo /Fruta</p> <p>KCAL 983,93 PROT 31,31g CA 372,72mg FE 4,81mg HDC 102,27g LIP 49,48g</p>	<p><b>9</b></p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Crema bretona de alubias</p> <p>3º Albóndigas de carne con arroz pilaf</p> <p>P Yogur Artesano</p> <p>S Tajin de Verduras Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 983,70 PROT 35,51g CA 391,20mg FE 8,34mg HDC 108,42g LIP 44,75g</p>	<p><b>10</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>2º Macarrones integrales (verduras trituradas, tomate, queso)</p> <p>3º Filete de merluza a la provenzal con brócoli</p> <p>P Fruta</p> <p>S Alcachofas salteadas Carne blanca magra /Fruta</p> <p>KCAL 907,73 PROT 37,95g CA 504,61mg FE 9,21mg HDC 116,77g LIP 28,29g</p>	<p><b>11</b></p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Garbanzos con calabaza y zanahoria P/ECO</p> <p>3º Solomillo de cerdo en salsa con cous cous</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Quinoa con especias Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL 892,47 PROT 40,72g CA 272,17mg FE 11,33mg HDC 138,27g LIP 22,87g</p>	<p><b>12</b></p> <p>E</p> <p>1º Tosta de hummus</p> <p>2º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>3º Boquerones en tempura con ensalada</p> <p>P Fruta</p> <p>S Crema de verduras Sandwich vegetal /Fruta</p> <p>KCAL 951,68 PROT 40,38g CA 149,44mg FE 7,34mg HDC 123,73g LIP 32,28g</p>
<p><b>15</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, manzana</p> <p>2º Lentejas a la jardinera con manzana</p> <p>3º Longanizas con habas</p> <p>P Fruta</p> <p>S Verduras estofadas con pollo Pescado azul /Fruta</p> <p>KCAL 800,04 PROT 35,25g CA 166,68mg FE 9,85mg HDC 83,04g LIP 36,42g</p>	<p><b>16</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, atún</p> <p>2º Tallarines con boloñesa vegetal</p> <p>3º Tortilla francesa con croqueta de la abuela</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Tabulé de couscous Carne de ave /Fruta</p> <p>KCAL 871,18 PROT 35,02g CA 304,16mg FE 5,37mg HDC 105,57g LIP 50,14g</p>	<p><b>17</b></p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Sopa cocido con fideos</p> <p>3º Pechuga de pollo al curry con patatas</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Lasaña de calabacín Menestra salteada /Fruta</p> <p>KCAL 916,85 PROT 51,12g CA 174,89mg FE 7,66mg HDC 96,61g LIP 43,49g</p>	<p><b>18</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>2º Arròs rossejat</p> <p>3º Halibut en salsa de tomate con zanahoria salteada</p> <p>P Fruta</p> <p>S Ensalada de pepino, tomate y queso fresco Hamburguesa de lentejas /Fruta</p> <p>KCAL 949,08 PROT 30,22g CA 188,22mg FE 6,12mg HDC 116,90g LIP 40,90g</p>	<p><b>19</b></p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Fabada vegetal (zanahoria, cebolla, pimiento)</p> <p>3º Pizza cuatro estaciones /Tortilla francesa (infantil)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Ensalada completa Berenjena rellena de verduras /Fruta</p> <p>KCAL 917,85 PROT 38,73g CA 320,17mg FE 8,03mg HDC 131,10g LIP 27,46g</p>
<p><b>22</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, queso fresco</p> <p>2º Fideos a la cazuela</p> <p>3º Merluza lionesa con judías verdes salteadas</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Wok de verduras Curry de pollo y zanahoria /Fruta</p> <p>KCAL 970,74 PROT 37,71g CA 286,59mg FE 5,45mg HDC 110,82g LIP 54,02g</p>	<p><b>23</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, piña</p> <p>2º Crema de garbanzos y boniato</p> <p>3º Goulash de ternera con arroz pilaf</p> <p>P Yogur natural valenciano</p> <p>S Sopa de sémola y verduras Revuelto de espinacas /Fruta</p> <p>KCAL 809,72 PROT 37,29g CA 290,56mg FE 6,93mg HDC 99,26g LIP 29,32g</p>	<p><b>24</b></p> <p>E</p> <p>1º Hummus de garbanzos con nachos</p> <p>2º Rabas a la andaluza con ensalada</p> <p>3º Canelones gratinados</p> <p>P Fruta</p> <p>S Coliflor con patata Pescado al limón /Fruta</p> <p>KCAL 871,54 PROT 39,29g CA 245,66mg FE 7,33mg HDC 100,33g LIP 38,27g</p>	<p><b>25</b></p> <p>E</p> <p>1º Ensalada fresca ecológica</p> <p>2º Lentejas con calabaza (cebolla, puerro, zanahoria) P/ECO</p> <p>3º Tortilla de patata y calabacín con mazorca de maíz</p> <p>P Fruta</p> <p>S Brócoli al vapor Pescado al papillote /Fruta</p> <p>KCAL 873,11 PROT 32,29g CA 161,06mg FE 9,82mg HDC 115,42g LIP 32,16g</p>	<p><b>26</b></p> <p>E</p> <p>1º Tomate natural y queso fresco valenciano</p> <p>2º Panaché de fiambres</p> <p>3º Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>P Fruta</p> <p>S Judías verdes salteadas Croquetas caseras de legumbres /Fruta</p> <p>KCAL 929,33 PROT 40,24g CA 348,12mg FE 4,31mg HDC 85,80g LIP 46,89g</p>
<p><b>29</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>2º Guisado de costillas con verduras y patatas</p> <p>3º Contramuslo de pollo (empanado casero con kikos) con tomate</p> <p>P Fruta</p> <p>S Tosta de hummus Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL 931,52 PROT 40,10g CA 163,41mg FE 6,64mg HDC 91,29g LIP 45,80g</p>	<p><b>30</b></p> <p>E</p> <p>1º Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, manzana</p> <p>2º Arroz a la milanese</p> <p>3º Tortilla de atún con queso villalón</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Brochetas de verduras Fajita /Fruta</p> <p>KCAL 868,83 PROT 36,59g CA 314,98mg FE 4,59mg HDC 91,45g LIP 39,61g</p>			