

Colegio La Presentación

usuario: colegio_la_presentacion
 contraseña: 286_colegio_la_presentacion

Novembre - 2020 MENU MENSUAL
 LA PRESENTACION

FRUITES DE TEMPORADA:

Peres, Caquis, Plàtan
 Meló, Mandarina, Taronja
 Pomes, Pruna

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP
 EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1228

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



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

Disposen 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.

<p>2</p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>Truita de carabasseta i creïlla amb pernil</p> <p>Fruita</p> <p>Carxofes saltejades Cous cous amb especes</p>	<p>3</p> <p>Encisam, tomaca, ceba, cogombre, remolatxa, carlota</p> <p>Macarrons integrals amb verdures</p> <p>Luç a la basca amb pèsols ofegats</p> <p>Yogurt Artesà</p> <p>Carabasseta a la plantxa Carn magra de porc</p>	<p>4</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Sopa de bullit (vedella, porc, ocell) amb verdures ecològiques</p> <p>Pollastre rostit al forn amb creïlles rostides amb pebre roig</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Crema de bròcoli i formatge Peix a la llima</p>	<p>5</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>Aladros en tempura amb carlota vichy</p> <p>Fruita</p> <p>Bullit de floricol i creïlla Carn d'au</p>	<p>6</p> <p>Encisam, tomaca, olives, cogombre, palets de cranc</p> <p>Crema bretona de fesos i orellanes amb tostons integrals</p> <p>Mandonguilles en salsa amb xampinyó amb creïlles fregides a daus</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida de tomata i alvocat Truita d'espàrrecs</p>
<p>9</p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>Macarrons genovesa</p> <p>Abadejo a la biscaina (ceba, tomaca, pimentó)</p> <p>Fruita</p> <p>Crepe de verdures Ou</p>	<p>10</p> <p>Encisam, tomaca, ceba, cogombre, remolatxa, carlota</p> <p>Crema solferino (tomaca, porro, ceba) amb tostons integrals</p> <p>Relloom de porc al forn amb cous cous</p> <p>Lacti</p> <p>Tosta d'hummus Luç amb albergínia a la mel</p>	<p>11</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Cigrons amb carabassa i carlotes - Plat ecològic</p> <p>Truita de creïlla i ceba amb formatge</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Xampinyons gratinats Carn blanca</p>	<p>12</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota</p> <p>Sopa de peix amb clòtxines (fons de llotja)</p> <p>Pit de pollastre a la crema amb gnocchis</p> <p>Fruita</p> <p>Saltat de carabasseta, carlota i quinoa Peix al papillote</p>	<p>13</p> <p>Xips de boniato</p> <p>Amanida completa (enciam, tomàquet cherry, formatge f. valenciano, ou)</p> <p>Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>Fruita</p> <p>Sopa de marisc Pizza de verdures i formatge</p>
<p>16</p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>Canelons de tonyina (inf. Cargols italiana)</p> <p>Filet de luç gratinat provençal amb carxofes fresques</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carlota Carn blanca</p>	<p>17</p> <p>Encisam, tomaca, espàrrecs, pimentó, carlota, tonyina</p> <p>Llenties juliana</p> <p>Truita d'albergínia amb formatge cremós, rodanxa de tomàquet i oli d'alfabrega</p> <p>Iogurt natural valencià</p> <p>Minestra saltejada Peix blanc</p>	<p>18</p> <p>Encisam, tomaca, olives, ceba, dacsa, remolatxa</p> <p>Arròs melós amb bolets i rap</p> <p>Calamars enfarinats amb crudités de verdures</p> <p>Fruita</p> <p>Bullit de verdures Carn roja magra</p>	<p>19</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Sopa minestrone amb verdures fresques i estrelles</p> <p>Goulash de pollastre al curri amb creïlles</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Panolla amb sal Llenguado amb espàrrecs</p>	<p>20</p> <p>Dia mundial del xiquet/ Ensalada fresca ecològica</p> <p>Olleta alacantina vegetal (llegums, verdura, arròs, creïlla)</p> <p>Panini de verdures, xampinyó i formatge</p> <p>Fruita</p> <p>Bajoqueta saltejada Remenat d'alls tendres</p>
<p>23</p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>Crema de pèsols amb mozzarella amb tostons integrals</p> <p>Truita de creïlla amb croqueta de la iaia</p> <p>Fruita</p> <p>Escalivada Carn blanca</p>	<p>24</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Fabada vegetal P/ECO</p> <p>Llom mediterrani amb puré de poma</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Ceba tendra i pimentó roig plantxa Peix blau</p>	<p>25</p> <p>Encisam, tomaca, olives, ceba, dacsa, remolatxa</p> <p>Sopa d'olla amb fideus</p> <p>Pollastre rostit al forn amb creïlles braves</p> <p>Fruita</p> <p>Espinacs saltejats amb panses i pinyons Truita de formatge</p>	<p>26</p> <p>Ensalada fresca ecològica</p> <p>Llenties amb verdures - Plat ecològic</p> <p>Crunch de salmó amb bròcoli</p> <p>Lacti</p> <p>Carlota adobada amb pèsols Carn blanca</p>	<p>27</p> <p>Tomaca i formatge tendre</p> <p>Amanida Russa (tonyina, ou, creïlla, pèsol, carlota, maionesa)</p> <p>Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>Fruita</p> <p>Crepe de verdures Peix blanc</p>
<p>30</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsa, carlota</p> <p>Espaguetis a la italiana (tomaca, formatge)</p> <p>Rap a la marinera</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabassa Carn d'au</p>				

Colegio La Presentación

usuario: colegio_la_presentacion
 contraseña: 286_colegio_la_presentacion

Noviembre - 2020 MENU MENSUAL
 LA PRESENTACION

FRUTAS DE TEMPORADA:

- Peras, Caquis, Banana
- Melón, Mandarina, Naranja
- Manzanas, Ciruela

DESCARGA
 NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1228

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



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.

<p>2</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 799,14 FROT 36,66g CA 159,10mg FE 10,39mg</p> <p>1º Lentejas con verduras CA 86,17g FE 10,39mg</p> <p>2º Tortilla de patata y calabacín con jamón serrano HDC 34,38g</p> <p>P Fruta LIP 34,38g</p> <p>S Alcachofas salteadas Cous cous con especias</p>	<p>3</p> <p>E Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria KCAL 794,90 FROT 35,48g CA 340,83mg FE 8,04mg</p> <p>1º Espaguetis integrales con verduras CA 107,94g FE 24,59g</p> <p>2º Merluza a la vasca con guisantes rehogados HDC 24,59g</p> <p>P Yogurt Artesano LIP 24,59g</p> <p>S Calabacín a la plancha Carne magra de cerdo</p>	<p>4</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 802,94 FROT 51,00g CA 158,69mg FE 8,51mg</p> <p>1º Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas HDC 27,10g</p> <p>2º Pollo asado al horno con patatas asadas con pimentón LIP 27,10g</p> <p>P Fruta ecológica LIP 27,10g</p> <p>S Crema de brócoli y queso Pescado al limón</p>	<p>5</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria KCAL 827,01 FROT 29,74g CA 96,58mg FE 4,74mg</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo) HDC 28,97g</p> <p>2º Boquerones en tempura con zanahoria vichy LIP 28,97g</p> <p>P Fruta LIP 28,97g</p> <p>S Hervido de coliflor y patata Carne de ave</p>	<p>6</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, pepino, palitos de cangrejo KCAL 963,74 FROT 31,86g CA 226,22mg FE 8,22mg</p> <p>1º Crema bretona de alubias y orejones con tostones integrales HDC 107,29g</p> <p>2º Albóndigas en salsa con champiñón con patatas fritas a dados LIP 44,99g</p> <p>P Fruta LIP 44,99g</p> <p>S Ensalada de tomate y aguacate Tortilla de espárragos</p>
<p>9</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 818,39 FROT 28,15g CA 199,17mg FE 5,56mg</p> <p>1º Macarrones genovesa HDC 105,94g</p> <p>2º Bacalao a la vizcaína (cebolla, tomate, pimiento) LIP 32,85g</p> <p>P Fruta LIP 32,85g</p> <p>S Crepe de verduras Huevo</p>	<p>10</p> <p>E Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria KCAL 843,24 FROT 35,86g CA 297,39mg FE 5,57mg</p> <p>1º Crema solferino (tomate, puerro, cebolla) con tostones integrales HDC 93,12g</p> <p>2º Solomillo de cerdo al horno con cous cous LIP 33,07g</p> <p>P Lácteo LIP 33,07g</p> <p>S Tosta de hummus Merluza con berenjenas a la miel</p>	<p>11</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 885,03 FROT 36,22g CA 497,27mg FE 10,88mg</p> <p>1º Garbanzos con calabaza y zanahoria Plato ecológico HDC 110,39g</p> <p>2º Tortilla de patata y cebolla con queso tronchón LIP 33,36g</p> <p>P Fruta ecológica LIP 33,36g</p> <p>S Champiñones gratinados Carne blanca</p>	<p>12</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria KCAL 790,11 FROT 38,70g CA 192,90mg FE 5,06mg</p> <p>1º Sopa de pescado con mejillones (fondo de lonja) HDC 88,96g</p> <p>2º Pechuga pollo a la crema con gnocchis LIP 38,66g</p> <p>P Fruta LIP 38,66g</p> <p>S Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al papillote</p>	<p>13</p> <p>E Chips de boniato KCAL 849,82 FROT 27,62g CA 189,60mg FE 6,51mg</p> <p>1º Ensalada completa (Lechuga, tomate cherry, queso f.valenciano, huevo) HDC 110,04g</p> <p>2º Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla) LIP 33,55g</p> <p>P Fruta LIP 33,55g</p> <p>S Sopa de marisco Pizza de verduras y queso</p>
<p>16</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 946,38 FROT 42,25g CA 352,17mg FE 4,84mg</p> <p>1º Canelones de atún (inf. caracolas italiana) HDC 90,58g</p> <p>2º Filete de merluza a la provenzal con alcachofas frescas LIP 47,36g</p> <p>P Fruta LIP 47,36g</p> <p>S Crema de zanahoria Carne blanca</p>	<p>17</p> <p>E Lechuga, tomate, espárragos, pimiento, zanahoria, atún KCAL 862,99 FROT 40,30g CA 302,33mg FE 9,15mg</p> <p>1º Lentejas juliana HDC 87,64g</p> <p>2º Tortilla de berenjena con queso cremoso, rodaja de tomate y aceite albahaca LIP 39,34g</p> <p>P Yogur natural valenciano LIP 39,34g</p> <p>S Menestra salteada Pescado blanco</p>	<p>18</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla, maíz, remolacha KCAL 788,90 FROT 29,62g CA 174,91mg FE 5,20mg</p> <p>1º Arroz meloso con setas y rape HDC 120,86g</p> <p>2º Calamares enharinados con crudités de verduras LIP 21,25g</p> <p>P Fruta LIP 21,25g</p> <p>S Hervido de verduras Carne roja magra</p>	<p>19</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 763,65 FROT 35,73g CA 213,28mg FE 6,71mg</p> <p>1º Sopa minestrone con verduras frescas y estrellitas HDC 136,17g</p> <p>2º Goulash de pollo al curry con patatas LIP 25,05g</p> <p>P Fruta ecológica LIP 25,05g</p> <p>S Mazorca de maíz con sal Lenguado con espárragos</p>	<p>20</p> <p>E Día mundial del niño/ Ensalada fresca ecológica KCAL 915,27 FROT 35,44g CA 445,53mg FE 151,15g</p> <p>1º Olleta alicantina vegetal (legumbres, verdura, arroz, patata) LIP 19,65g</p> <p>2º Panini de verduras, champiñón y queso LIP 19,65g</p> <p>P Fruta LIP 19,65g</p> <p>S Judías verdes salteadas Revuelto de ajos tiernos</p>
<p>23</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 777,95 FROT 30,54g CA 441,84mg FE 5,21mg</p> <p>1º Crema de guisantes con mozzarella con tostones integrales HDC 78,05g</p> <p>2º Tortilla de patata con croqueta de la abuela LIP 38,46g</p> <p>P Fruta LIP 38,46g</p> <p>S Escalivada Carne blanca</p>	<p>24</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 831,82 FROT 32,54g CA 177,59mg FE 9,57mg</p> <p>1º Fabada vegetal P/ECO HDC 102,18g</p> <p>2º Lomo mediterráneo con puré de manzana LIP 45,69g</p> <p>P Fruta ecológica LIP 45,69g</p> <p>S Cebolleta y pimiento rojo plancha Pescado azul</p>	<p>25</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla, maíz, remolacha KCAL 854,78 FROT 56,01g CA 144,60mg FE 7,84mg</p> <p>1º Sopa cocido con fideos HDC 81,40g</p> <p>2º Pollo asado al horno con patatas bravas LIP 39,06g</p> <p>P Fruta LIP 39,06g</p> <p>S Espinacas con pasas y piñones Tortilla de queso</p>	<p>26</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 862,73 FROT 43,38g CA 342,85mg FE 8,91mg</p> <p>1º Lentejas con verduras - Plato ecológico HDC 87,47g</p> <p>2º Crunch de salmón con brócoli LIP 38,24g</p> <p>P Lácteo LIP 38,24g</p> <p>S Zanahoria aliñada con guisantes Carne blanca</p>	<p>27</p> <p>E Tomate y queso fresco KCAL 843,57 FROT 31,50g CA 284,74mg FE 89,49g</p> <p>1º Ens. rusa (atún, huevo, patata, guisante, zanahoria, mayonesa) LIP 39,67g</p> <p>2º Paella valenciana con pollo de campo LIP 39,67g</p> <p>P Fruta LIP 39,67g</p> <p>S Crepe de verduras Pescado blanco</p>
<p>30</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria KCAL 953,36 FROT 32,77g CA 252,88mg FE 7,62mg</p> <p>1º Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso) HDC 131,06g</p> <p>2º Rape a la marinera LIP 33,72g</p> <p>P Fruta LIP 33,72g</p> <p>S Crema de calabaza Carne de ave</p>				