

Colegio La Presentación

usuario: colegio_la_presentacion

contraseña: 286_colegio_la_presentacion

Gener - 2021 MENU MENSUAL LA PRESENTACION

FRUITES DE TEMPORADA:

Peres, Caquis, Plàtan,
Mandarina, Poma Royal Gala,
Poma Starking

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1228

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Menu	Ingredients	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
S	E	836,77	39,45g	296,28mg	3,80mg	69,94g	44,89g
10	1o	875,87	29,28g	323,00mg	16,51mg	134,41g	24,91g
2o	2o	780,42	54,80g	278,74mg	7,04mg	74,89g	34,22g
P	P	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
S	E	833,74	32,36g	246,70mg	4,45mg	107,88g	30,65g
10	1o	833,74	32,36g	246,70mg	4,45mg	107,88g	30,65g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	833,74	32,36g	246,70mg	4,45mg	107,88g	30,65g
S	E	977,90	24,81g	205,95mg	3,34mg	100,40g	53,76g
10	1o	767,87	38,03g	580,36mg	7,60mg	76,59g	34,17g
2o	2o	795,12	37,05g	197,23mg	8,57mg	99,11g	24,74g
P	P	785,50	51,98g	202,84mg	10,26mg	98,34g	25,39g
S	E	792,25	32,88g	80,69mg	5,76mg	86,66g	34,97g
10	1o	792,25	32,88g	80,69mg	5,76mg	86,66g	34,97g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	792,25	32,88g	80,69mg	5,76mg	86,66g	34,97g
S	E	904,95	38,27g	171,36mg	10,41mg	128,74g	26,81g
10	1o	812,39	38,81g	330,39mg	6,37mg	68,96g	42,05g
2o	2o	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
P	P	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g
S	E	786,64	30,98g	239,66mg	4,47mg	113,69g	23,35g
10	1o	786,64	30,98g	239,66mg	4,47mg	113,69g	23,35g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	786,64	30,98g	239,66mg	4,47mg	113,69g	23,35g
S	E	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
10	1o	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
S	E	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g
10	1o	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g
S	E	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
10	1o	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	891,05	33,05g	282,88mg	7,34mg	116,65g	33,05g
S	E	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g
10	1o	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g
2o	2o	989,14	37,75g	139,57mg	9,28mg	108,18g	45,06g
P	P	933,72	47,51g	226,95mg	10,85mg	101,50g	36,77g

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.

Colegio La Presentación

usuario: colegio_la_presentacion
 contraseña: 286_colegio_la_presentacion

Enero - 2021 MENU MENSUAL LA PRESENTACION

FRUTAS DE TEMPORADA:

Peras, Caquis, Plátano,
 Mandarina, Manzana Royal Gala,
 Manzana Starking

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1228

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avenida 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.

Meal	Course	Dish	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
S	E	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria	836,77					
	1º	Canelones de pollo /Caracolas con pollo	39,45g	296,28mg				
	2º	Bacalao a la vizcaína (cebolla, tomate, pimiento)	3,80mg	69,94g				
	P	Fruta			44,89g			
S	Hervido de verduras / Carne blanca /Fruta							
S	E	Ensalada fresca ecológica	875,87					
	1º	Guiso de alubias blancas con calabaza y arroz	29,28g	323,00mg				
	2º	Pizza de verduras, champiñones, aceitunas y queso	6,51mg	134,41g				
	P	Fruta ecológica		24,91g				
S	Escalivada / Huevo /Fruta							
S	E	Lechuga,tomate, espárragos, pimiento, zanahoria, atún	780,42					
	1º	Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras	54,80g	278,74mg				
	2º	Pollo asado al horno con patatas asadas con pimentón	7,04mg	74,89g				
	P	Lácteo		34,22g				
S	Crema de brócoli y queso / Guisantes con cebolla y jamón /Fruta							
S	E	Homenaje a la croqueta Croquetas caseras	989,14					
	1º	Lentejas con verduras y chorizo	37,75g	139,57mg				
	2º	Tortilla de patata y cebolla con ensalada de verduras frescas	9,28mg	108,18g				
	P	Fruta		45,06g				
S	Brochetas de verduras / Pescado blanco /Fruta							
S	E	Bastoncitos de zanahoria con salsa tzatziki	833,74					
	1º	Arroz meloso con secreto, alcachofas y setas	32,36g	246,70mg				
	2º	Filete de merluza a la provenzal con ensalada de verduras frescas	4,45mg	107,88g				
	P	Fruta		30,65g				
S	Menestra salteada / Carne roja magra /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, maíz, pimiento, zanahoria, queso	977,90					
	1º	Crema mediterránea de verduras con tostones integrales	24,81g	205,95mg				
	2º	Albóndigas de ternera con arroz pilaf	3,34mg	100,40g				
	P	Fruta		53,76g				
S	Calabacín a la plancha / Salmón al papillote /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, maíz, pimiento, manzana	767,87					
	1º	Macarrones integrales con atún, verduras, tomate y queso	38,03g	580,36mg				
	2º	Tortilla de espinacas y zanahoria con queso tronchón /Tortilla francesa	7,60mg	76,59g				
	P	Lácteo		34,17g				
S	Tosta de hummus / Carne blanca magra /Fruta							
S	E	Ensalada fresca ecológica	795,12					
	1º	Fabada vegetal P/ECO	37,05g	197,23mg				
	2º	Solomillo de cerdo al horno con cous cous	8,57mg	99,11g				
	P	Fruta ecológica		24,74g				
S	Sopa de sémola y verduras / Gallo con parrillada de verduras /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria	785,50					
	1º	Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas	51,98g	202,84mg				
	2º	Cocido completo (garbanzo, pollo, ternera, cerdo, verdura) con pelota	10,26mg	98,34g				
	P	Fruta		25,39g				
S	Habas rehogadas con ajos tiernos / Revuelto de verduras /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria	792,25					
	1º	Boquerones enharinados con crudités de zanahoria	32,88g	80,69mg				
	2º	Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)	5,76mg	86,66g				
	P	Fruta		34,97g				
S	Chips de boniato al horno / Chuleta de huerta /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	904,95					
	1º	Lentejas con verduras con arroz integral	38,27g	171,36mg				
	2º	Tortilla de patata con pa, tomaca i pernil	10,41mg	128,74g				
	P	Fruta		26,81g				
S	Hervido valenciano / Pescado blanco /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	812,39					
	1º	Guisado de magro con verduras y patatas	38,81g	330,39mg				
	2º	Anillas de calamar andaluza con salsa tártara	6,37mg	68,96g				
	P	Lácteo		42,05g				
S	Zanahoria aliñada con guisantes / Pavo a tacos con chips de calabacín /Fruta							
S	E	Chips de remolacha ecológica	891,05					
	1º	Espaguetis integrales toscana (tomate, calabacín, cebolla, queso)	33,05g	282,88mg				
	2º	Gallineta al limón con champiñón	7,34mg	116,65g				
	P	Fruta		33,05g				
S	Crema de castañas / Huevo /Fruta							
S	E	Ensalada fresca ecológica	933,72					
	1º	Garbanzos con calabaza y boniato P/ECO	47,51g	226,95mg				
	2º	Chuleta de pavo a la plancha con patatas	10,85mg	101,50g				
	P	Fruta ecológica		36,77g				
S	Verduras salteadas con pasta / Pescado al limón /Fruta							
S	E	Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria	786,64					
	1º	Taco de jamón cocido y queso	30,98g	239,66mg				
	2º	Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	4,47mg	113,69g				
	P	Fruta		23,35g				
S	Berenjena gratinada al horno / Huevos al plato con verduras /Fruta							