

## Colegio La Presentación

usuario: la\_presentacion

contraseña: 1228\_la\_presentacion

Gener - 2026 MENU MENSUAL LA PRESENTACION

### FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera  
Persimon, Mandarina

\*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1228

### VALOR DIFERENCIADOR



### AL·LÈRGENS



Placa	Descripció	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
1	E						
10	1º						
20	2º						
P	P						
S	S						
7	Ensalada de verdures de temporada	816,50					
10	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal	32,65g					
20	Rodanxa de lluç amb bròquil ECO	232,32mg					
P	Fruita	6,42mg					
S	Tosta d'hummus Carn blanca /Fruita	102,25g					
8	Ensalada de verdures de temporada	926,97					
10	Crema de remolatxa i coliflor amb tostons integrals	21,40g					
20	Mandonguilles guisades amb arròs pilaf integral	300,59mg					
P	Iogurt	83,39g					
S	Quinoa amb espècies Peix blau /Fruita	55,84g					
9	Ensalada fresca ecològica	774,10					
10	Potatge de cigrons amb espinacs	27,14g					
20	Truita de creïlla amb samfaina	276,96mg					
P	Fruita ECO	11,09mg					
S	Bullit de verdures Carn d'au /Fruita	107,51g					
12	Ensalada fresca de temporada amb fruita	831,45					
10	Crema dubarry (coliflor i fesols) amb crostons	29,50g					
20	Pizza margarida	305,85mg					
P	Fruita	5,50mg					
S	Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita	127,88g					
13	Amanida fresca de temporada amb escarola	754,77					
10	Guisat de sépia i rap amb creïlles, pèsols i carlota	36,43g					
20	Truita d'espinacs i pa amb oli i pebre roig	375,78mg					
P	Iogurt	8,27mg					
S	Carabasseta a la planxa Hamburguesa de pollastre i bròcoli /Fruita	91,38g					
14	Ensalada fresca ecològica	887,97					
10	Llenties a l'hortolana P/ECO	61,73g					
20	Agulla de llom a la taronja amb caragols de pasta	153,63mg					
P	Fruita ECO	11,29mg					
S	Xips de moniato al forn Peix blanc /Fruita	117,18g					
15	Ensalada fresca ecològica	778,28					
10	Arròs a la cubana (tomaca i ou)	31,76g					
20	Filet de lluç planxa amb carxofes	180,21mg					
P	Fruita	5,47mg					
S	Panolla amb sal Carn roja magra /Fruita	89,97g					
16	DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA	800,67					
10	Croquetes casolanes	49,27g					
20	Sopa minestrone	153,16mg					
P	Pollastre al forn amb bacon cheese fries	4,31mg					
S	Pèsols amb perrill i ceba Truita de creïlla i ceba /Fruita	97,65g					
19	Amanida de col	756,28					
10	Espaguetis integrals bolonyesa	31,20g					
20	Bacallà lactonesa	231,26mg					
P	Fruita	7,44mg					
S	Bajoqueta saltejada Carn blanca magra /Fruita	115,03g					
20	Xips de remolatxa	807,34					
10	Olleta alacantina (lleugms, verdura, arròs, creïlla)	37,51g					
20	Truita de formatge amb amanida de fulles verdes	505,91mg					
P	Fruita	8,82mg					
S	Amanida completa Peix a la llima /Fruita	100,32g					
21	Ensalada de verdures de temporada	774,90					
10	Sopa de putxero amb verdures ECO	47,16g					
20	Putxero	355,20mg					
P	Iogurt	9,13mg					
S	Pèsols amb perrill i ceba Remenat de verdures /Fruita	93,57g					
22	Ensalada fresca ecològica	914,11					
10	Arròs amb bledes	30,71g					
20	Llucet enfarinat en maionesa de cítrics	215,33mg					
P	Fruita ECO	56,88mg					
S	Cous cous amb espècies Carn magra de porc /Fruita	103,20g					
23	Ensalada fresca ecològica	837,04					
10	Crema festival de lleugms	42,65g					
20	Pit de pollastre a la crema amb creïlles	266,75mg					
P	Fruita	4,31mg					
S	Coliflor gratinada Peix blau /Fruita	88,91g					
26	Ensalada de verdures de temporada	741,12					
10	Llenties amb verdures i arròs	39,29g					
20	Hamburguesa a la planxa amb creïlles rostides al pebre roig	114,75mg					
P	Fruita	7,53mg					
S	Crema de carlota Truita de tonyina i carabasseta /Fruita	81,15g					
27	Ensalada de verdures de temporada	783,07					
10	Espirals a la napolitana amb formatge	41,24g					
20	Crunch de tonyina amb carlota vichy	206,33mg					
P	Fruita	5,91mg					
S	Broquetes de verdures Carn d'au /Fruita	93,70g					
28	Ensalada fresca ecològica	781,94					
10	Fesols blancs amb carabassa P/ECO	36,59g					
20	Goulash de magre amb cous cous	196,38mg					
P	Fruita	8,26mg					
S	Escalivada amb tostes Peix blanc /Fruita	107,90g					
29	Amanida de col	816,07					
10	Calamars amb salsa de tomàquet	34,22g					
20	Paella valenciana amb carxofes i pollastre de camp	319,51mg					
P	Iogurt	4,13mg					
S	Wok de verdures Carn magra de porc /Fruita	93,71g					
30	Ensalada fresca ecològica	845,77					
10	Sopa d'olla	29,39g					
20	Llonganisses amb faves	106,34mg					
P	Fruita ECO	6,28mg					
S	Saltat de carabasseta, carlota i quinoa Peix al papillote /Fruita	83,56g					

Avda. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (València)  
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.



## Colegio La Presentación

usuario: la\_presentacion

contraseña: 1228\_la\_presentacion

## Enero - 2026 MENU MENSUAL LA PRESENTACION

### FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera  
Persimon, Mandarina

\*El menú incluye 1 ración de pan

### DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1228

### VALOR DIFERENCIADOR



### ALERGENOS



Comida	KCAL	PROT	CA	FE	HDC	LIP
E						
1º						
2º						
P						
S						
E						
1º						
2º						
P						
S						
7	Ensalada de verduras de temporada	816,50				
E						
1º	Macarrones integrales con boloñesa vegetal	32,65g				
2º	Rodaja de merluza con brócoli ECO	232,32mg				
P	Fruta	6,42mg				
S	Tosta de hummus Carne blanca /Fruta	102,25g				
8	Ensalada de verduras de temporada	926,97				
E						
1º	Crema de remolacha y coliflor con tostones integrales	21,40g				
2º	Albóndigas guisadas con arroz pilaf integral	300,59mg				
P	Yogur	3,14mg				
S	Quinoa con especias Pescado azul /Fruta	83,39g				
9	Ensalada fresca ecológica	774,10				
E						
1º	Potaje de garbanzos con espinacas	27,14g				
2º	Tortilla de patata con pisto	276,96mg				
P	Fruta ECO	11,09mg				
S	Hervido de verduras Carne de ave /Fruta	107,51g				
12	Ensalada fresca de temporada con fruta	831,45				
E						
1º	Crema dubarry (coliflor y alubias) con picatostes	29,50g				
2º	Pizza margarita	305,85mg				
P	Fruta	5,50mg				
S	Menestra salteada Pescado al papillote /Fruta	127,88g				
13	Ensalada fresca de temporada con escarola	754,77				
E						
1º	Guiso de sepia y rape con patatas, guisantes y zanahoria	36,43g				
2º	Tortilla de espinacas y pan con aceite pimentón	375,78mg				
P	Yogur	9,27mg				
S	Calabacín a la plancha Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta	91,38g				
14	Ensalada fresca ecológica	887,97				
E						
1º	Lentejas a la hortelana P/ECO	61,73g				
2º	Aguja de lomo a la naranja con caracolas	153,63mg				
P	Fruta ECO	11,29mg				
S	Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta	117,18g				
15	Ensalada fresca ecológica	778,28				
E						
1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	31,76g				
2º	Filete de merluza plancha con alcachofas	180,21mg				
P	Fruta	5,47mg				
S	Mazorca de maíz con sal Carne roja magra /Fruta	89,97g				
16	DIA MUNDIAL DE LA CROQUETA	800,67				
E						
1º	Croquetas caseras	49,27g				
2º	Sopa minestrone	153,16mg				
P	Pollo al horno con bacon cheese fries	4,31mg				
S	Guisantes con cebolla y jamón Tortilla de patata y cebolla /Fruta	97,65g				
19	Ensalada de col	756,28				
E						
1º	Espaguetis integrales boloñesa	31,20g				
2º	Abadejo lactonesa	231,26mg				
P	Fruta	7,44mg				
S	Judías verdes salteadas Carne blanca magra /Fruta	115,03g				
20	Chips de remolacha	807,34				
E						
1º	Olleta alicantina (legumbres, verdura, arroz, patata)	37,51g				
2º	Tortilla de queso con ensalada de hojas verdes	505,91mg				
P	Fruta	8,82mg				
S	Ensalada completa Pescado al limón /Fruta	100,32g				
21	Ensalada de verduras de temporada	774,90				
E						
1º	Sopa de cocido con verduras ECO	47,16g				
2º	Cocido completo	355,20mg				
P	Yogur	9,13mg				
S	Guisantes con cebolla y jamón Revuelto de verduras /Fruta	93,57g				
22	Ensalada fresca ecológica	914,11				
E						
1º	Arroz con acelgas	30,71g				
2º	Pescadilla enharinada con mayonesa de cítricos	215,33mg				
P	Fruta ECO	6,88mg				
S	Cous cous con especias Carne magra de cerdo /Fruta	103,20g				
23	Ensalada fresca ecológica	837,04				
E						
1º	Crema festival de legumbres	42,65g				
2º	Pechuga pollo a la crema con patatas	266,75mg				
P	Fruta	88,91g				
S	Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta	34,63g				
26	Ensalada de verduras de temporada	741,12				
E						
1º	Lentejas con verduras y arroz	39,29g				
2º	Hamburguesa a la plancha con patatas asadas al pimentón	114,75mg				
P	Fruta	7,53mg				
S	Crema de zanahoria Tortilla de atún y calabacín /Fruta	81,15g				
27	Ensalada de verduras de temporada	783,07				
E						
1º	Espirales a la napolitana con queso	41,24g				
2º	Crunch de atún con zanahoria vichy	206,33mg				
P	Fruta	5,91mg				
S	Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta	93,70g				
28	Ensalada fresca ecológica	781,94				
E						
1º	Alubias blancas con calabaza P/ECO	36,59g				
2º	Goulash de magro con cous cous	196,38mg				
P	Fruta	8,26mg				
S	Escalivada con tostas Pescado blanco /Fruta	107,90g				
29	Ensalada de col	816,07				
E						
1º	Calamares con salsa de tomate	34,22g				
2º	Paella valenciana con alcachofas y pollo de campo	319,51mg				
P	Yogur	4,13mg				
S	Wok de verduras Carne magra de cerdo /Fruta	93,71g				
30	Ensalada fresca ecológica	845,77				
E						
1º	Sopa de puchero	29,39g				
2º	Longanizas con habas	106,34mg				
P	Fruta ECO	6,28mg				
S	Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al papillote /Fruta	83,56g				

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.

