



www.colevisa.com COMEDORES LEVANTINOS ISABEL S.L.U.



Sabies què els llegums estan estesos per tot el planeta excepte en els pols i en els deserts estèrils?

Col·legi: San Vicente Ferrer PP Dominicos

Menú: Març - 2017 SAP

Avda. 1º de Mayo (esq. C/ Bailén) · 46100 BURJASSOT (Valencia) Tel. 96 316 91 06 / Fax 96 316 91 07 e-mail: colevisa@colevisa.com
 Comptem amb menús adaptats a edat infantil, règims, al·lèrgies, celiacs, etc. La valoració nutricional està calculada basant-se en la base de la franja de major edat. Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

La informació d'al·lèrgens està disponible a la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral 1 dia per setmana.

Descarrega't este menú des de la nostra web

s_vicente_ferrer_dominicos
176_s_vicente_ferrer_dominicos

Descarrega't la nostra nova aplicació Colevisa. El teu codi de centre és: 53

LUNES/ DILLUNS/ MONDAY

MARTES/ DIMARTS/ TUESDAY

MIÉRCOLES/ DIMECRES/ WEDNESDAY

JUEVES/ DIJOUS/ THURSDAY

VIERNES/ DIVENDRES/ FRIDAY

6	7	8	9	10	eco
<p>Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot</p> <p>Espaguetis integrales boloñesa (cerdo, ternera, cebolla, tomate, queso)/ Espaguetis integrales bolonyesa (porc, vedella, ceba, tomaca, formatge)/ Grain spaghetti bolognese (pork, beef, onion, tomato, cheese)/</p> <p>Ventresca de merluza al horno con guisantes y maíz rehogado/ Ventresca de lluç al forn amb pèsols i dacsca ofegats/ Baked hake with sauteed peas and corn/</p> <p>Fruta/Fruita/Fruit</p> <p>KCal: 736,90 Prot(g): 30,01 Ca(mg): 179,93 Fe(mg): 5,75 V itA(mcg): 1,63 B12(mcg): 0,58 HdC(g): 97,27 Líp(g): 25,29 Sopar: Champiñones gratinados/Huevo Xampinyons gratinats/Ou Mushroom gratin/Egg</p>	<p>Lechuga, tomate, aceitunas, rábano, zanahoria, piña Encisam, tomaca, olives, rave, carlota, pinya Lettuce, tomato, olives, radishes, carrots, pineapple</p> <p>Arròs amb fesols i naps / Arròs amb fesols i naps/ Rice with beans and turnips/</p> <p>Delicias de solomillo de pollo (empanado casero) con tomate frita/ Delicias de pollastre arrebossat casolà amb tomaca fregida/ Homemade chicken nuggets delights with fried tomato/</p> <p>Fruta/Fruita/Fruit</p> <p>KCal: 947,62 Prot(g): 37,09 Ca(mg): 169,11 Fe(mg): 6,81 V itA(mcg): 0,80 B12(mcg): 9,19 HdC(g): 116,19 Líp(g): 37,08 Sopar: Calabacín a la plancha /Carne de ave Carabasseta a la planxa/ Carn d au Grilled zucchini/Poultry</p>	<p>Lechuga, maíz, pepino, pimiento, rábano, queso Encisam, dacsca, cogombre, pimentó, rave, formatge Lettuce, corn, cucumber, pepper, radish, cheese</p> <p>Lentejas con zanahoria, cebolla, judía verde, patata/ Llenties amb carlota, ceba, bajoqueta, creïlla/ Lentils with carrots, onions, green beans, potato/</p> <p>Embutido valenciano con habas/ Embotit valencià amb faves/ Sausage with beans/</p> <p>Lácteo/Lacti/Dairy</p> <p>KCal: 932,76 Prot(g): 46,26 Ca(mg): 367,95 Fe(mg): 11,69 V itA(mcg): 1,39 B12(mcg): 1,59 HdC(g): 73,65 Líp(g): 49,93 Sopar: Acelgas salteadas/Pescado al papillote Bledes salteades/Peix al papillote Sauteed chard/Steamed fish</p>	<p>Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, pepino, manzana Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, cogombre, poma Lettuce, tomato, olives, asparagus, cucumber, apple</p> <p>Sopa cocido (ternera, cerdo, ave, verduras) con fideos/ Sopa d'olla (vedella, porc, au, verdures) amb fideus/ Cooked soup (beef, pork, poultry, vegetables) with noodles/</p> <p>Costillas a la miel con patatas/Albóndigas a la jardinera (verduras, patata) Costelles a la mel amb creïlles/Mandonguilles a la jardineria (verdures, creïlla) Honey wing ribs and potatoes/Gardener meatballs (vegetables, potato)</p> <p>Fruta/Fruita/Fruit</p> <p>KCal: 937,47 Prot(g): 38,66 Ca(mg): 117,04 Fe(mg): 6,08 V itA(mcg): 1,23 B12(mcg): 1,13 HdC(g): 60,52 Líp(g): 60,02 Sopar: Arroz hervido/Carne blanca magra Arròs bollit/ Carn blanca magra Boiled rice/Lean white meat</p>	<p>Ensalada ecológica de col llisa y tomate Amanida ecològica de col llisa i tomaca Organic cabbage and tomato salad</p> <p>Arroz a la cubana (tomate, huevo)/ Arròs a la cubana (tomaca, ou)/ Rice with tomato and egg/</p> <p>Tiras de salmón al horno con brócoli ecológico/ Tires de salmó al forn amb bròquil ecològic/ Baked salmon strips with organic broccoli/</p> <p>Mandarina ecológica/Mandarina ecológica/Organic tangerine</p> <p>KCal: 756,97 Prot(g): 30,74 Ca(mg): 135,47 Fe(mg): 4,95 V itA(mcg): 0,47 B12(mcg): 5,40 HdC(g): 85,54 Líp(g): 32,43 Sopar: Crema de berenjena y queso crema/Pescado blanco Crema d albergínia i formatge d untar/ Peix blanc Eggplant and cheese cream/Whitefish</p>	
<p>1</p> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot</p> <p>Garbanzos con espinacas/ Cigrons amb espinacs/ Chickpeas with spinach/</p> <p>Tortilla de patata y cebolla Coca casera de bonito y pisto/ Truita de creïlla i ceba Coca casolana de tonyina i samfaina/ Potato and onion omelette Homemade tuna and vegetable coke/</p> <p>Lácteo/Lacti/Dairy</p> <p>KCal: 1018,00 Prot(g): 35,69 Ca(mg): 438,16 Fe(mg): 10,66 V itA(mcg): 1,58 B12(mcg): 2,10 HdC(g): 104,99 Líp(g): 50,74 Sopar: Alcachofas salteadas/Pescado al limón Carxofes salteades/Peix a la llima Sautéed artichokes/Grilled fish with lemon</p>	<p>2</p> <p>Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha Encisam, tomaca, ceba, dacsca, cogombre, remolacha Lettuce, tomato, onion, corn, cucumber, beetroot</p> <p>Crema solferino con tostones integrales/ Crema solferino amb tostones integrals/ Solferino cream with wholemeal bread/</p> <p>Goulash de ternera, champiñón y zanahoria con patatas/Entrecot ternera plancha Goulash de vedella, xampinyons i carlota amb creïlles/Entrecot vedella planxa Goulash of veal, mushroom and carrot and potatoes/Grilled beef steak</p> <p>Fruta/Fruita/Fruit</p> <p>KCal: 846,49 Prot(g): 22,39 Ca(mg): 132,07 Fe(mg): 5,99 V itA(mcg): 0,79 B12(mcg): 0,80 HdC(g): 69,26 Líp(g): 50,56 Sopar: Berenjena gratinada al horno/Carne de ave Albergínia gratinada al forn/ Carn d au Eggplant au gratin/Poultry</p>	<p>3</p> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, rábano, zanahoria, piña Encisam, tomaca, olives, rave, carlota, pinya Lettuce, tomato, olives, radishes, carrots, pineapple</p> <p>Arroz del senyoret (sepia, gambas, calamar)/ Arròs del senyoret (sépia, gambes, calamar)/ Fish rice (cuttlefish, prawns, squid)/</p> <p>Bacalao gratinado (bacalao, patata, queso crema) Aros de cebolla/ Bacallà gratinat (bacallà, creïlla, formatge crema) Anelles de ceba Codfish au gratin (cod, potato, cream cheese) Onion rings/</p> <p>Fruta/Fruita/Fruit</p> <p>KCal: 829,86 Prot(g): 25,70 Ca(mg): 147,92 Fe(mg): 3,52 V itA(mcg): 0,66 B12(mcg): 2,48 HdC(g): 106,73 Líp(g): 33,40 Sopar: Brócoli al vapor/Huevo Bròquil al vapor/Ou Steamed broccoli/Egg</p>			

13

Frutos secos
Fruits secs
Dried fruitsFideos a la cazuela con pollo/
Fideos a la cassola amb pollastre/
Noodle casserole with chicken/Cazón bienmesabe con ensalada /
Mussola 'bienmesabe' amb amanida/
Bienmesabe dogfish with salad/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 808,83 Prot(g): 36,34 Ca(mg): 151,50 Fe(mg): 5,83 V
itA(mcg): 0,41 B12(mcg): 5,19 HdC(g): 98,49 Lip(g): 29,97Sopar:
Crema de calabacín/Carne magra de cerdo
Crema de carabasseta/Carn magra de porc
Zucchini cream/Lean pork

14

Ens. Rusa (atún, huevo, patata, guisante, zanahoria, mayonesa)
Amanida Russa (tonyina, ou, creïlla, pèsol, carlota, maionesa)
Russian salad (tuna, egg, potato, peas, carrots, mayonnaise)Huevos rellenos con atún/
Ous farcits/
Deviled eggs/Paella Valenciana (arroz, pollo, j. verdes, garrofón)/
Paella valenciana (arròs, pollastre, bajoqueta, garrofón)/
Valencian paella (rice, chicken, green beans, broad beans)/

Helado/Gelat/Ice Cream

KCal: 852,50 Prot(g): 35,58 Ca(mg): 255,68 Fe(mg): 5,83 V
itA(mcg): 1,17 B12(mcg): 4,54 HdC(g): 76,69 Lip(g): 45,32Sopar:
Sándwich vegetal con queso/
Sandvitx vegetal amb formatge/
Sandwich with vegetable and cheese/

15

Festivo/
Festiu/
Festive/

/

/

/

//

KCal: 0,00 Prot(g): 0,00 Ca(mg): 0,00 Fe(mg): 0,00 Vit
A(mcg): 0,00 B12(mcg): 0,00 HdC(g): 0,00 Lip(g): 0,00Sopar:
/

16

Festivo/
Festiu/
Festive/

/

/

/

//

KCal: 0,00 Prot(g): 0,00 Ca(mg): 0,00 Fe(mg): 0,00 Vit
A(mcg): 0,00 B12(mcg): 0,00 HdC(g): 0,00 Lip(g): 0,00Sopar:
/

17

Festivo/
Festiu/
Festive/

/

/

/

//

KCal: 0,00 Prot(g): 0,00 Ca(mg): 0,00 Fe(mg): 0,00 Vit
A(mcg): 0,00 B12(mcg): 0,00 HdC(g): 0,00 Lip(g): 0,00Sopar:
/

20

Lechuga, tomate, col, maíz, remolacha, pasas, atún
Encisam, tomaca, col, dacsca, remolatxa, panses, tonyina
Lettuce, tomatoes, cabbage, corn, beets, raisins, tunaLentejas con zanahoria, cebolla, judía verde, patata/
Llenties amb carlota, ceba, bajoqueta, creïlla/
Lentils with carrots, onions, green beans, potato/Cordon bleu con tomate frito/
Cordon bleu amb tomaca fregida/
Cordon bleu with fried tomato/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 1004,77 Prot(g): 37,85 Ca(mg): 205,50 Fe(mg): 9,72 V
itA(mcg): 1,28 B12(mcg): 0,52 HdC(g): 112,63 Lip(g): 44,75Sopar:
Sopa de arroz y verduras/Pescado blanco
Sopa d'arròs i verdures/Peix blanc
Rice soup and vegetables/Whitefish

21

Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, caballa
Encisam, tomaca, ceba, dacsca, cogombre, verat
Lettuce, tomato, onion, corn, cucumber, mackerelSopa minestrone (pollo, verduras, caracolas) /
Sopa minestrone (pollastre, verdures, caragols de pasta)/
Minestrone soup (chicken, vegetablest, shells)/Pollo al ajillo con patatas bravas/
Pollastre amb all amb creïlles braves/
Chicken with garlic with spicy potatoes/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 735,04 Prot(g): 39,41 Ca(mg): 164,32 Fe(mg): 5,76 Vi
tA(mcg): 1,32 B12(mcg): 12,52 HdC(g): 91,11 Lip(g): 23,92Sopar:
Hervido valenciano/Pescado al limón
Bullit valencià/Peix a la llima
Boiled vegetables/Grilled fish with lemon

22

Lechuga, tomate, maíz, pimiento, manzana
Encisam, tomaca, dacsca, poma, pimentó
Lettuce, tomato, corn, apple, pepperArroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)/
Arròs al forn (cigrò, costella, creïlla, tomaca, botifarra)/
Baked rice (chickpea, ribs, potato, tomato, black pudding)/Panaché de fiambres/
Entremesos variats/
Variety of cold meats/

Lácteo/Lacti/Dairy

KCal: 963,54 Prot(g): 39,44 Ca(mg): 424,60 Fe(mg): 6,83 V
itA(mcg): 0,98 B12(mcg): 1,57 HdC(g): 85,44 Lip(g): 50,89Sopar:
Menestra salteada/Carne de ave
Minestra saltejada/Carn d'au
Sautéed mixed vegetable soup/Poultry

23

Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota
Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrotHervido valenciano/Puré de verduras (inf)/
Bullit valencià/Puré de verdures (inf)/
Boiled vegetables/Mashed vegetables/Solomillo de cerdo al horno con cous cous/
Rellemello de porc al forn amb cous cous/
Grilled sirloin with cous cous/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 777,95 Prot(g): 30,34 Ca(mg): 136,44 Fe(mg): 5,07 V
itA(mcg): 1,10 B12(mcg): 3,00 HdC(g): 92,95 Lip(g): 35,13Sopar:
Verduras salteadas con pasta/Pescado al papillote
Verdures saltejades amb pasta/Peix al papillote
Sautéed vegetables with pasta/Steamed fish

24

Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria
Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota
Lettuce, tomato, olives, corn, carrotCanelones de atún/
Canelons de tonyina/
Tuna cannelloni/Filete de merluza baby a la provençal con mayonesa/
Filet de lluç gratinat provençal amb maionesa/
Gratined hake provençal with salad cream/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 786,85 Prot(g): 33,99 Ca(mg): 293,73 Fe(mg): 3,71 V
itA(mcg): 1,34 B12(mcg): 0,82 HdC(g): 62,13 Lip(g): 45,45Sopar:
Crema de puerros/Huevos al plato con verduras
Crema de porro/Ous al plat amb verdures
Leek cream/Baked egg with vegetables

27

Lechuga, maíz, pepino, pimiento, rábano, queso
Encisam, dacsca, cogombre, pimentó, rave, formatge
Lettuce, corn, cucumber, pepper, radish, cheeseArroz a la milanese (cerdo, guisantes, pimiento)/
Arròs a la milanesa (porc, pèsols, pimentó)/
Milanese rice (pork, peas, peppers)/Huevos rotos, patatas y jamón serr./Tortilla de jamón york
Ous trencats, creïlles i pernil/Truita de pernil dolç
Scrambled eggs, potatoes and ham/Ham omelette

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 950,03 Prot(g): 32,59 Ca(mg): 171,10 Fe(mg): 5,67 Vi
tA(mcg): 0,69 B12(mcg): 2,67 HdC(g): 100,70 Lip(g): 46,38Sopar:
Sopa de verduras/Pescado azul
Sopa de verdures/Peix blau
Vegetable soup/Bluefish

28

Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla, maíz, queso
Encisam, tomaca, olives, ceba, dacsca, formatge
Lettuce, tomato, olives, onion, corn, cheeseAlubias con verduras/
Fesols amb verdures/
Beans with vegetables/Pizza de champiñón, jamón york y queso/
Pizza de xampinyó, pernil dolç i formatge/
Pizza with mushrooms, ham and cheese/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 858,97 Prot(g): 39,32 Ca(mg): 409,01 Fe(mg): 8,20 Vi
tA(mcg): 2,08 B12(mcg): 0,14 HdC(g): 121,02 Lip(g): 23,99Sopar:
Zanahoria aliñada con guisantes/Huevo
Carlota adobada amb pèsols/Ou
Carrot dressed with peas/Egg

29

Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla, maíz, remolacha
Encisam, tomaca, olives, ceba, dacsca, remolatxa
Lettuce, tomato, olives, onion, corn, beetHachis parmentier (gratinado de carne y patatas)/
Haixix parmentier (gratinat de carn i creïlles)/
Hachis Parmentier (potato and meat gratin)/Anillas de calamar andaluza con mayonesa/
Anelles de calamar andaluza amb maionesa/
Squid rings with mayonnaise/

Lácteo/Lacti/Dairy

KCal: 780,78 Prot(g): 37,44 Ca(mg): 500,74 Fe(mg): 4,43 V
itA(mcg): 0,84 B12(mcg): 0,84 HdC(g): 58,92 Lip(g): 43,61Sopar:
Crema de verduras/Carne blanca magra
Crema de verdures/Carn blanca magra
Creamed vegetables/Lean white meat

30

Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, manzana
Encisam, tomaca, ceba, dacsca, cogombre, poma
Lettuce, tomato, onion, corn, cucumber, appleSopa cocido (ternera, cerdo, ave, verduras) con fideos/
Sopa d'olla (vedella, porc, au, verdures) amb fideos/
Cooked soup (beef, pork, poultry, vegetables) with noodles/Pollo en su jugo con manzana con patatas camperas/
Pollastre al seu suc amb poma amb creïlles camperoles/
Roasted chicken with apple with potatoes/

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 858,99 Prot(g): 39,55 Ca(mg): 105,20 Fe(mg): 5,69 V
itA(mcg): 1,10 B12(mcg): 4,76 HdC(g): 68,47 Lip(g): 47,18Sopar:
Crema de verduras/Pescado blanco
Crema de verdures/Peix blanc
Creamed vegetables/Whitefish

31

eco

Tomate ecológico y queso servilleta valenciano
Tomaca ecològica i formatge tovalló valencià
Organic tomato and cheese napkin ValenciaTallarines al estilo wok con verduras y soja/
Tallarines a l'estil wok amb verdures i soja/
Wok style noodles with vegetables and soy/Emperador plancha con zanahoria/
Emperador planxa amb carlota/
Emperor plancha with carrot/

Plátano ecológico/Plàtan ecològic/Organic banana

KCal: 732,41 Prot(g): 41,95 Ca(mg): 269,64 Fe(mg): 4,56 V
itA(mcg): 2,87 B12(mcg): 5,52 HdC(g): 94,46 Lip(g): 20,84Sopar:
Tortilla de espinacas/
Truita d'espinacs/
Spinach omelet/

Con nosotros... como en casa



Amb nosaltres... com a casa



With us... feels like home