



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 <b>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</b> 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/ <b>Ventresca de lluç al forn amb pèsols i dacsca ofegats/</b> 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 <b>Xampinyons gratinats/Ou</b> Mushroom gratin/Egg</p>	<p>Lechuga, tomate, aceitunas, rábano, zanahoria, piña <b>Encisam, tomaca, olives, rave, carlota, pinya</b> Lettuce, tomato, olives, radishes, carrots, pineapple</p> <p>Arròs amb fesols i naps / <b>Arròs amb fesols i naps/</b> 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 <b>Carabasseta a la planxa/ Carn d au</b> Grilled zucchini/Poultry</p>	<p>Lechuga, maíz, pepino, pimiento, rábano, queso <b>Encisam, dacsca, cogombre, pimentó, rave, formatge</b> Lettuce, corn, cucumber, pepper, radish, cheese</p> <p>Lentejas con zanahoria, cebolla, judía verde, patata/ <b>Llenties amb carlota, ceba, bajoqueta, creïlla/</b> Lentils with carrots, onions, green beans, potato/</p> <p>Embutido valenciano con habas/ <b>Embotit valencià amb faves/</b> 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 <b>Bledes salteadas/Peix al papillote</b> Sauteed chard/Steamed fish</p>	<p>Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, pepino, manzana <b>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, cogombre, poma</b> Lettuce, tomato, olives, asparagus, cucumber, apple</p> <p>Sopa cocido (ternera, cerdo, ave, verduras) con fideos/ <b>Sopa d'olla (vedella, porc, au, verdures) amb fideus/</b> 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 <b>Arròs bollit/ Carn blanca magra</b> Boiled rice/Lean white meat</p>	<p>Ensalada ecológica de col llisa y tomate <b>Amanida ecológica de col llisa i tomaca</b> Organic cabbage and tomato salad</p> <p>Arroz a la cubana (tomate, huevo)/ <b>Arròs a la cubana (tomaca, ou)/</b> Rice with tomato and egg/</p> <p>Tiras de salmón al horno con brócoli ecológico/ <b>Tires de salmó al forn amb bròquil ecològic/</b> 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 <b>Crema d albergínia i formatge d untar/ Peix blanc</b> Eggplant and cheese cream/Whitefish</p>	
<p>1</p> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria <b>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</b> Lettuce, tomato, olives, asparagus, carrot</p> <p>Garbanzos con espinacas/ <b>Cigrons amb espinacs/</b> Chickpeas with spinach/</p> <p>Tortilla de patata y cebolla Coca casera de bonito y pisto/ <b>Truita de creïlla i ceba Coca casolana de tonyina i samfaina/</b> 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 <b>Carxofes salteades/Peix a la llima</b> Sautéed artichokes/Grilled fish with lemon</p>	<p>2</p> <p>Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha <b>Encisam, tomaca, ceba, dacsca, cogombre, remolacha</b> Lettuce, tomato, onion, corn, cucumber, beetroot</p> <p>Crema solferino con tostones integrales/ <b>Crema solferino amb tostones integrals/</b> Solferino cream with wholemeal bread/</p> <p>Goulash de ternera, champiñón y zanahoria con patatas/Entrecot ternera plancha <b>Goulash de vedella, xampinyons i carlota amb creïlles/Entrecot vedella planxa</b> 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 <b>Albergínia gratinada al forn/ Carn d au</b> Eggplant au gratin/Poultry</p>	<p>3</p> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, rábano, zanahoria, piña <b>Encisam, tomaca, olives, rave, carlota, pinya</b> Lettuce, tomato, olives, radishes, carrots, pineapple</p> <p>Arroz del senyoret (sepia, gambas, calamar)/ <b>Arròs del senyoret (sépia, gambes, calamar)/</b> Fish rice (cuttlefish, prawns, squid)/</p> <p>Bacalao gratinado (bacalao, patata, queso crema) Aros de cebolla/ <b>Bacallà gratinat (bacallà, creïlla, formatge crema) Anelles de ceba</b> 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 <b>Bròquil al vapor/Ou</b> Steamed broccoli/Egg</p>			

