

**TEMPORADA:**

ón, sandía  
tón, plátano  
anzana  
ela y uva



DE CENTRO ES: 53

**IFERENCIADOR**



**ERGENOS**



Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia)  
3 169 107 - www.colevisa.com  
- www.facebook.com/colevisa

adaptados a la edad de los niños,  
qu, etc. La evaluación nutricional  
de edad. Nuestros menús se pre-  
directrices de la "Guía de menús  
s" de la Generalitat Valenciana.

<p><b>1</b></p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>2</b></p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>3</b></p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>4</b></p> <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p><b>7</b></p> <p>Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, zanahoria y pasas</p> <p>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>Filete de merluza plancha en salsa de zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada con hummus y nueces Pavo con champiñones /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>8</b></p> <p>Tosta de hummus</p> <p>Ensalada de patata (tomate natural, zanahoria, atún olivas)/Inf Sopa de fideos</p> <p>Pollo asado al horno con pimiento asado</p> <p>Fruta ecológica</p> <p>Brócoli al vapor Sandwich vegetal con queso /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>9</b></p> <p>Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, zanahoria y pipas de calabaza</p> <p>Macarrones integrales (verduras trituradas, tomate, queso)</p> <p>Salmón a la plancha con tirabeques</p> <p>Fruta</p> <p>Berenjena rebozada Carne magra de cerdo /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>10</b></p> <p>Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, maíz y rábanos</p> <p>Lentejas con verduras (zanahoria y puerro) - Plato ecológico</p> <p>Pizza casera</p> <p>Yogurt Artesano</p> <p>Hervido de verduras Lenguado con espárragos /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p><b>14</b></p> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria</p> <p>Caracolas a la carbonara</p> <p>Boquerones en tempura con verduras salteadas</p> <p>Fruta</p> <p>Escalivada Pechuga de pollo con especias y tomate rallado</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>15</b></p> <p>Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, maíz y rábanos</p> <p>Alubias blancas con verduras - Plato ecológico</p> <p>Tortilla de berenjena con queso tronchón</p> <p>Fruta ecológica</p> <p>Wok de verduras y pollo Hamburguesa de merluza /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>16</b></p> <p>Ensalada de verduras de temporada</p> <p>Sopa de fideos con verduras</p> <p>Pollo asado al horno con patatas asadas con pimentón</p> <p>Lácteo</p> <p>Quinoa con especias Brochetas de pavo /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>17</b></p> <p>Chips de boniato ecológico</p> <p>Ensalada (lechuga, roble, tomate, pepino, atún, huevo, espárragos, aliño especial)</p> <p>Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>Fruta</p> <p>Milhojas de calabacín con pavo Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p><b>21</b></p> <p>Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, maíz y rábanos</p> <p>Lentejas con verduras ecológicas</p> <p>Lomos de merluza provenzal con brócoli</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada de brotes con aguacate Carne roja magra /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>22</b></p> <p>Gazpacho andaluz ecológico</p> <p>Crema mediterránea de legumbres y verduras (Plato ecológico)</p> <p>Goulash de ternera con cous cous</p> <p>Yogur natural valenciano</p> <p>Espinacas con pasas y piñones Lubina a la sal /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>23</b></p> <p>Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha</p> <p>Calamares a la andaluz con salsa tártara casera</p> <p>Arroz de secreto, calabaza y setas</p> <p>Fruta</p> <p>Calabacín a la plancha Hamburguesa de garbanzos /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>24</b></p> <p>Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, remolacha</p> <p>Garbanzos con verduras (acelgas, calabaza y puerro) - Plato ecológico</p> <p>Tortilla de patata y cebolla con queso manchego</p> <p>Fruta ecológica</p> <p>Ensalada de pepino, tomate y queso fresco Pescado blanco /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p><b>28</b></p> <p>Tomate ecológico y queso servilleta valenciano</p> <p>Ensalada de espirales vegetales (pimiento, zanahoria, maíz, atún, aceituna)</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con tomate natural</p> <p>Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>29</b></p> <p>Lechuga, tomate, aceitunas, remolacha, piña</p> <p>Alubias blancas con verduras</p> <p>Longanizas con patatas</p> <p>Lácteo</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>30</b></p> <p>Gazpacho andaluz ecológico</p> <p>Ens. rusa (atún, huevo, patata, guisante, zanahoria, mayonesa)</p> <p>Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>11</b></p> <p>Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha</p> <p>Crema de calabacín, garbanzos y queso cremoso</p> <p>Albóndigas en salsa con champiñón con arroz pilaf</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada de mostaza Dijon, queso ahumado y Gallo con parillada de verduras /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>
<p><b>18</b></p> <p>Gazpacho andaluz ecológico</p> <p>Ensalada alemana/inf Puré de verduras</p> <p>Bacalao al horno con pisto casero</p> <p>Fruta</p> <p>Tomate relleno Pescado al papilote /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>25</b></p> <p>Chips de yuca</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, olivas, queso y pavo)</p> <p>Fideuá de pescado y marisco con fondos de lonja</p> <p>Fruta</p> <p>Hervido de acelgas Mini brochetas de pollo con verduras /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>11</b></p> <p>Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha</p> <p>Crema de calabacín, garbanzos y queso cremoso</p> <p>Albóndigas en salsa con champiñón con arroz pilaf</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada de mostaza Dijon, queso ahumado y Gallo con parillada de verduras /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>	<p><b>11</b></p> <p>Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha</p> <p>Crema de calabacín, garbanzos y queso cremoso</p> <p>Albóndigas en salsa con champiñón con arroz pilaf</p> <p>Fruta</p> <p>Tostada de mostaza Dijon, queso ahumado y Gallo con parillada de verduras /Fruta</p> <p>KCAL PROT CA FE HDC LIP</p>