

FRUITES DE TEMPORADA:

Peres, Banana
Poma, Maduixa
Pinya, Meló d'Alger, Meló

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 135

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



<p>2</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota</p> <p>Espaguetis a la bolonyesa (porc, vedella, ceba, tomaca, formatge)</p> <p>Abadejo al forn amb pésols saltats</p> <p>Fruita</p> <p>Bledes saltejades Broquetes de titot /Fruita</p>	<p>3</p> <p>Encisam, tomaca, ceba, cogombre, carlota</p> <p>Llenties amb verdures (bledes, carabasseta i porro) - Plat ecològic</p> <p>Truita de creïlles i pa amb tomaca i jamón</p> <p>Lacti</p> <p>Bròquil al vapor Hamburguesa de soja /Fruita</p>	<p>4</p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>Sopa d'estrelletes</p> <p>Pollastre rostit al forn amb herbes aromàtiques amb panolla</p> <p>Fruita</p> <p>Escalivada Peix a la llima /Fruita</p>	<p>5</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Entremesos variats</p> <p>Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Minestra saltejada Truita de formatge /Fruita</p>	<p>6</p> <p>JORNADA GASTRONÒMICA Gaspatxo andalús</p> <p>Berza Jerezana</p> <p>Aladros a l'andalusa (farina) amb amanida</p> <p>Fruita</p> <p>Cous cous amb especes Peix blanc /Fruita</p>
<p>9</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota</p> <p>Llenties a l'hortolana</p> <p>Remenat d'ous campers amb patates bacó/ Inf Truita francesa</p> <p>Fruita</p> <p>Bullit valencià Carn blanca /Fruita</p>	<p>10</p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>Llacets als 4 formatges</p> <p>Filet de lluç planxa amb bròquil</p> <p>Fruita</p> <p>Quinoa amb especes Albergina farcida de soja texturizada /Fruita</p>	<p>11</p> <p>Tomaca ecològica i formatge servilleta</p> <p>Potatge de cigrons (carn magra, verdures)</p> <p>Pizza mixta (tomata, xampinyons, pernil dolç i formatge)</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Verdures saltejades amb pasta Peix blau /Fruita</p>	<p>12</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Crema de verdures mediterrània i llegums P/ECO amb tostons integrals</p> <p>Rellom al forn amb cous cous</p> <p>Fruita</p> <p>Gaspatxo Ous al plat /Fruita</p>	<p>13</p> <p>JORNADA GASTRONÒMICA MEXICANA</p>
<p>16</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota</p> <p>Macarrons integrals a la italiana (tomaca, formatge)</p> <p>Abadejo al forn amb juliana de verdures</p> <p>Fruita</p> <p>Puré de creïlla amb cruixent de pernil Carn blanca /Fruita</p>	<p>17</p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>Sopa d'olla (vedella, porc, au) amb verdures ecològiques</p> <p>Aletes de pollastre a la mel i mostassa amb creïlles</p> <p>Lacti</p> <p>Wok de verdures Peix al papillote /Fruita</p>	<p>18</p> <p>Encisam, tomaca, dacsca, cogombre, poma</p> <p>Arròs tres delícies</p> <p>Crunch de salmó amb salsa de soja i cherris confitats</p> <p>Fruita</p> <p>Xampinyons gratinats Hamburguesa de pollastre i bròcol /Fruita</p>	<p>19</p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>Cigrons amb espinacs i carabassa</p> <p>Truita d'albergínia amb formatge manxec</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Amanida completa Peix blanc /Fruita</p>	<p>20</p> <p>Encisam, tomaca, ceba, dacsca, cogombre, remoltxa</p> <p>Capritx de calamar</p> <p>Fideuà de peix i marisc (fons de llotja)</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de xampinyó Pizza casolana de verdures fresques de</p>
<p>23</p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota</p> <p>Llenties pardines amb verdures</p> <p>Truita de creïlla i ceba amb formatge fresc</p> <p>Fruita</p> <p>Crema de carabasseta Mandonguilles vegetals /Fruita</p>	<p>24</p> <p>Encisam, tomaca, ceba, cogombre, carlota</p> <p>Arròs a la milanesa</p> <p>Lluç gratinat provençal amb pimentó italià</p> <p>Iogurt Artesà</p> <p>Bròquil al vapor Carn blanca /Fruita</p>	<p>25</p> <p>Tomaca ecològica i formatge tendre</p> <p>Amanida de quinoa amb cigrons, vegetals i avocat</p> <p>Pit de pollastre a la crema i xampinyons amb creïlles fregides a</p> <p>Fruita</p> <p>Bajoqueta saltejada Quiche de verdures /Fruita</p>	<p>26</p> <p>JORNADA DELS SUPERHEROIS Gaspatxo andalús</p> <p>Lasanya casolana/ Pessigolles a la italiana</p> <p>Corball fresc a l'esquena amb carabasseta a la planxa</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida de tomata i avocat "Fajita" /Fruita</p>	<p>27</p> <p>DÍA NACIONAL DEL CELÍAC Amanida fresca ecològica</p> <p>Fabada vegetal P/ECO</p> <p>Llàgrimes de pollastre (empanat sense gluten) amb puré de carlota</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Bajoqueta saltejada Peix blanc /Fruita</p>
<p>30</p> <p>Encisam, tomaca, dacsca, cogombre, poma</p> <p>Crema de pésols i carlota amb tostons integrals</p> <p>Embotit valencià amb samfaina (pimentó, tomaca, ceba)</p> <p>Fruita</p> <p>Xips de moniato al forn Croquetes casolanes de llegums /Fruita</p>	<p>31</p> <p>Ensalada especial P/ECO</p> <p>Croquetes</p> <p>Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>Gelat</p> <p>Sopa de quinoa Bruquetes de tofu /Fruita</p>			

2	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL 839,94
	1º	Espaguetis a la boloñesa (cerdo, ternera, cebolla, tomate, queso)	35,78g 175,86mg
	2º	Bacalao al horno con guisantes salteados	6,29mg 113,77g
	P	Fruta	43,30g
S	Acelgas salteadas Brochetas de pavo /Fruta		

3	E	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria	KCAL 1000,72
	1º	Lentejas con verduras (acelgas, calabacín y puerro) - Plato ecológico	38,12g 319,98mg
	2º	Tortilla de patata y pan con tomate y jamón	9,86mg 109,79g
	P	Lácteo	46,25g
S	Brócoli al vapor Hamburguesa de soja /Fruta		

4	E	Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria	KCAL 912,82
	1º	Sopa de estrellitas	46,92g 100,99mg
	2º	Pollo al horno con hierbas aromáticas con mazorca de maíz	5,61mg 92,81g
	P	Fruta	49,89g
S	Escalivada Pescado al limón /Fruta		

5	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL 909,88
	1º	Panaché de fiambres	32,23g 189,03mg
	2º	Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)	6,93mg 101,60g
	P	Fruta ecológica	42,24g
S	Menestra salteada Tortilla de queso /Fruta		

6	E	JORNADA GASTRONÓMICA Gazpacho andaluz	KCAL 896,71
	1º	Berza Jerezana	50,11g 187,96mg
	2º	Boquerones a la andaluza (harina con ensalada)	2,09mg 70,97g
	P	Fruta	46,08g
S	Cous cous con especias Pescado blanco /Fruta		

9	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL 853,83
	1º	Lentejas a la hortelana	49,00g 146,17mg
	2º	Revuelto de huevos camperos con patatas y bacon/ Inf Tortilla francesa	11,09mg 80,65g
	P	Fruta	37,35g
S	Hervido valenciano Carne blanca /Fruta		

10	E	Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria	KCAL 821,64
	1º	Lacitos 4 quesos	36,65g 407,84mg
	2º	Filete de merluza plancha con brócoli	5,20mg 107,82g
	P	Fruta	41,73g
S	Quinoa con especias Berenjena rellena de soja texturizada /Fruta		

11	E	Tomate ECO y queso sevillita	KCAL 914,33
	1º	Potaje de garbanzos (magro de cerdo, verduras)	42,84g 400,40mg
	2º	Pizza mixta (tomate, champiñón, jamón york y queso)	9,48mg 124,88g
	P	Fruta ecológica	27,37g
S	Verduras salteadas con pasta Pescado azul /Fruta		

12	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL 762,77
	1º	Crema de verduras y legumbres P/ECO con tostones integrales	33,28g 179,10mg
	2º	Solomillo al horno con cous cous	7,45mg 84,21g
	P	Fruta	34,53g
S	Gazpacho Huevos al plato /Fruta		

13	E	JORNADA GASTRONÓMICA MEJICANA	KCAL
	1º		CA
	2º		HDC
	P		LIP
S			

16	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL 598,90
	1º	Macarrones integrales a la italiana (tomate, queso)	23,21g 184,45mg
	2º	Bacalao al horno con juliana de verduras	5,53mg 77,69g
	P	Fruta	21,63g
S	Puré de patata con crujiente de jamón Carne blanca /Fruta		

17	E	Ensalada con fruta	KCAL 799,72
	1º	Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas	47,69g 308,40mg
	2º	Alitas de pollo a la miel y mostaza con patatas	7,12mg 71,96g
	P	Lácteo	39,95g
S	Wok de verduras Pescado al papillote /Fruta		

18	E	Lechuga, tomate, maíz, pepino, manzana	KCAL 762,00
	1º	Arroz tres delicias	34,70g 103,62mg
	2º	Crunch de salmón con salsa de soja y cherris confitados	5,43mg 80,34g
	P	Fruta	33,56g
S	Champiñones gratinados Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta		

19	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL 933,48
	1º	Garbanzos con espinacas y calabaza	37,73g 448,07mg
	2º	Tortilla de berenjena con queso manchego	11,59mg 93,88g
	P	Fruta ecológica	45,29g
S	Ensalada completa Pescado blanco /Fruta		

20	E	Lechuga, tomate, cebolla, maíz, pepino, remolacha	KCAL 609,37
	1º	Capricho de calamar	27,71g 188,49mg
	2º	Fideuá de pescado y marisco (fondo de lonja)	5,69mg 111,00g
	P	Fruta	26,25g
S	Crema de champiñón Pizza casera de verduras frescas de temporada		

23	E	Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria	KCAL 849,19
	1º	Lentejas pardinas con verduras	42,90g 218,57mg
	2º	Tortilla de patata y cebolla con queso fresco	10,63mg 97,63g
	P	Fruta	31,92g
S	Crema de calabacín Albóndigas vegetales /Fruta		

24	E	Lechuga, tomate, cebolla, pepino, zanahoria	KCAL 762,57
	1º	Arroz a la milanesa	32,75g 269,80mg
	2º	Merluza gratinado provenzal con pimiento italiano	3,79mg 97,88g
	P	Yogur Artesano	26,77g
S	Brócoli al vapor Carne blanca /Fruta		

25	E	Tomate ecológico y queso fresco	KCAL 963,48
	1º	Ensalada de quinoa con garbanzos, vegetales y aguacate	44,81g 329,97mg
	2º	Pechuga de pollo a la crema y champiñones con patatas fritas a	7,93mg 106,00g
	P	Fruta	39,62g
S	Judías verdes salteadas Quiche de verduras /Fruta		

26	E	JORNADA DE LOS SUPERHÉROES Gazpacho andaluz	KCAL 804,92
	1º	Lasaña casa/ Coquillettes a la italiana	44,00g 326,93mg
	2º	Corvina fresca a la espalda con calabacín a la plancha	7,53mg 117,65g
	P	Fruta	35,39g
S	Ensalada de tomate y aguacate Fajita /Fruta		

27	E	DÍA NACIONAL DEL CELÍACO Ensalada fresca ecológica	KCAL 966,56
	1º	Fabada vegetal P/ECO	35,95g 208,01mg
	2º	Lágrimas de pollo (empanado sin gluten) con puré de zanahoria	8,52mg 102,26g
	P	Fruta ecológica	46,23g
S	Judías verdes salteadas Pescado blanco /Fruta		

30	E	Lechuga, tomate, maíz, pepino, manzana	KCAL 837,75
	1º	Crema de guisantes y zanahoria con tostones integrales	24,63g 138,97mg
	2º	Embutido valenciano con pisto (pimiento, tomate, cebolla)	7,90mg 58,76g
	P	Fruta	55,92g
S	Chips de boniato al horno Croquetas caseras de legumbres /Fruta		

31	E	Ensalada especial P/ECO	KCAL 831,25
	1º	Croquetas	36,71g 253,79mg
	2º	Paella valenciana con pollo de campo	3,67mg 116,87g
	P	Helado	24,84g
S	Sopa de quinoa Brocheta de tofu /Fruta		

	E		KCAL
	1º		CA
	2º		HDC
	P		LIP
S			

	E		KCAL
	1º		CA
	2º		HDC
	P		LIP
S			

	E		KCAL
	1º		CA
	2º		HDC
	P		LIP
S			

Colegio Nuestra Señora del Carmen

usuario: carmelitas_gandia
contraseña: 203_carmelitas_gandia

Mayo - 2022 Mensual Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Peras, Banana
Fresa, Manzana
Piña, Sandía, Melón

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 135

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



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.