

Colegio Nuestra Señora del Carmen

usuario: carmelitas_gandia
contraseña: 135_carmelitas_gandia

Febrer - 2026 Mensual Basal

FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera
Maduixot, Taronja

*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T
LA NOSTRA APP

EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 135

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



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

Dispossem de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiaquia, 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·lèrgogens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.

2	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 768,75 PROT 37,82g CA 296,13mg FE 6,91mg HDC 99,62g LIP 25,04g
1º		Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge	
2º		Lluç a la planxa amb bajoquetes saltades	
P		Fruita	
S		Carabasseta a la planxa Carn d'au /Fruita	

3	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 683,05 PROT 34,78g CA 123,62mg FE 5,46mg HDC 69,49g LIP 42,21g
1º		Crema de pésols i oli d'alfàbega amb tostons integrals	
2º		Magre amb tomaca	
P		Fruita	
S		Cous cous amb especes Peix a la llima /Fruita	

4	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 753,36 PROT 49,47g CA 165,60mg FE 8,34mg HDC 85,06g LIP 27,36g
1º		Arròs de verdres d'hivern	
2º		Truita francesa amb formatge fresc	
P		Fruita	
S		Amanida completa Carn blanca magra /Fruita	

5	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 922,15 PROT 31,86g CA 415,43mg FE 8,90mg HDC 110,67g LIP 38,57g
1º		Sopa de putxero amb verdres ECO	
2º		Pollo a l'ast amb creïlles	
P		Fruita ECO	
S		Pésols amb pernil i ceba Peix blau /Fruita	

6	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 809,10 PROT 25,38g CA 167,29mg FE 6,84mg HDC 98,70g LIP 35,80g
1º		Estofat de cigrons amb bledes	
2º		Mandonguilles en salsa amb arròs pilaf integral	
P		Iogurt	
S		Carabassa i creïlla al microones Truita de formatge /Fruita	

9	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 875,94 PROT 53,70g CA 221,04mg FE 10,80mg HDC 110,77g LIP 33,35g
1º		Llenties amb verdres i arròs	
2º		Coca de titaina valenciana	
P		Fruita	
S		Bròquil al vapor Peix a la llima /Fruita	

10	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 777,82 PROT 24,71g CA 129,86mg FE 7,38mg HDC 103,82g LIP 29,58g
1º		Conches a la bolonyesa amb tomata i formatge	
2º		Lluç al forn amb carlota vichy	
P		Fruita	
S		Ceba tendra i pimentó roig plantxa Remenat de verdres /Fruita	

11	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 781,35 PROT 25,94g CA 208,60mg FE 3,83mg HDC 84,08g LIP 39,20g
1º		Sopa de putxero amb verdres ECO	
2º		Putxero amb pilota	
P		Fruita ECO	
S		Torrada de verdres gratinades Peix al papillote /Fruita	

12	E	Amanida de col	KCAL 957,61 PROT 34,41g CA 278,32mg FE 10,90mg HDC 110,18g LIP 44,50g
1º		Capritx de calamar	
2º		Arròs al forn (cigró, costella, creïlla i tomaca)	
P		Fruita	
S		Amanida completa Carn blanca magra /Fruita	

13	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 818,87 PROT 36,33g CA 212,18mg FE 9,18mg HDC 82,25g LIP 29,50g
1º		Crema bretona de fesols	
2º		Pit de pollastre a la crema amb creïlles	
P		Fruita	
S		Panolla amb sal Peix blau /Fruita	

16	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 794,65 PROT 27,87g CA 335,43mg FE 7,52mg HDC 106,73g LIP 30,55g
1º		Macarrons amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge	
2º		Titot al curri amb cous cous	
P		Fruita	
S		Xips de moniato al forn Peix blanc /Fruita	

17	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 979,22 PROT 44,75g CA 214,95mg FE 6,56mg HDC 96,73g LIP 52,66g
1º		Arròs a la cubana (tomaca i ou)	
2º		Lluç amb salsa mery amb bròquil ECO	
P		Fruita	
S		Escalivada Carn blanca /Fruita	

18	E	Ensalada d'enciams d'hivern	KCAL 765,77 PROT 25,91g CA 149,56mg FE 7,42mg HDC 110,93g LIP 25,11g
1º		Potatge de cigrons amb espinacs	
2º		Aletes de pollastre a la mel i llima amb creïlles a l'all	
P		Fruita	
S		Wok de verdres Truita de tonyina i carabasseta /Fruita	

19	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 833,65 PROT 35,40g CA 302,08mg FE 4,79mg HDC 86,72g LIP 38,84g
1º		Crema de chirivía i porro amb tostons	
2º		Canelons gratinats amb beixamel de coliflor	
P		Fruita ECO	
S		Broquetes de verdres Peix blanc /Fruita	

20	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 833,65 PROT 35,40g CA 302,08mg FE 4,79mg HDC 86,72g LIP 38,84g
1º		"Olleta de la plana"	
2º		Truita de creïlla amb formatge	
P		Iogurt	
S		Amanida completa Pizza casolana de verdres fresques de	

23	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 794,65 PROT 27,87g CA 335,43mg FE 7,52mg HDC 106,73g LIP 30,55g
1º		Espaguetis integrals a la italiana	
2º		Truita d'espinacs i pa amb oli i pebre roig	
P		Fruita	
S		Crema de porro Carn d'au /Fruita	

24	E	COLOUR FEST Roses (Infantil: Dacsa saltada)	KCAL 765,77 PROT 25,91g CA 149,56mg FE 7,42mg HDC 110,93g LIP 25,11g
1º		Sopa de cinema	
2º		Costelles Hollywood amb creïlles	
P		Coca casolana de pel·lícula	
S		Coliflor gratinada Peix blau /Fruita	

25	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 833,65 PROT 35,40g CA 302,08mg FE 4,79mg HDC 86,72g LIP 38,84g
1º		Llenties amb verdres P/ECO	
2º		Bunyols de bacallà amb amanida ecològica	
P		Fruita	
S		Xampinyons gratinats Carn roja magra /Fruita	

26	E	Ensalada de verdres de temporada	KCAL 833,65 PROT 35,40g CA 302,08mg FE 4,79mg HDC 86,72g LIP 38,84g
1º		Entremesos variats	
2º		Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals)	
P		Fruita ECO	
S		Carlota adobada amb pésols Remenat d'alls tendres /Fruita	

27	E	Ensalada fresca ecològica	KCAL 957,61 PROT 34,41g CA 278,32mg FE 10,90mg HDC 110,18g LIP 44,50g
1º		Crema festival de llegums amb tostons integrals	
2º		Ragout de magre amb cous cous	
P		Fruita	
S		Creïlles cuites Peix blanc /Fruita	

	E		KCAL
	1º		PROT
			CA
			FE
	2º		HDC
	P		LIP
S			

	E		KCAL
	1º		PROT
			CA
			FE
	2º		HDC
	P		LIP
S			

	E		KCAL
	1º		PROT
			CA
			FE
	2º		HDC
	P		LIP
S			

	E		KCAL
	1º		PROT
			CA
			FE
	2º		HDC
	P		LIP
S			

	E		KCAL
	1º		PROT
			CA
			FE
	2º		HDC
	P		LIP
S			

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.

2 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Macarrones integrales con boloñesa vegetal, tomate y queso Merluza a la plancha con judías verdes salteadas Fruta Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta KCAL 768,75 37,82g 296,13mg 6,91mg 99,62g 25,04g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	3 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Crema de guisantes y aceite de albahaca con tostones integrales Magro con tomate Fruta Cous cous con especias Pescado al limón /Fruta KCAL 786,24 34,78g 123,62mg 5,46mg 69,49g 42,21g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	4 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Arroz de verduras de invierno Tortilla francesa con queso fresco Fruta Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta KCAL 683,05 21,79g 194,28mg 4,94mg 88,54g 27,52g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	5 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Sopa de cocido con verduras ECO Pollo a l'ast con patatas Fruta ECO Guisantes con cebolla y jamón Pescado azul /Fruta KCAL 753,36 49,47g 165,60mg 8,34mg 85,06g 27,36g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	6 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Estofado de garbanzos con acelgas Albóndigas en salsa con arroz pilaf integral Yogur Calabaza y patata al microondas Tortilla de queso /Fruta KCAL 922,15 31,86g 415,43mg 8,90mg 110,67g 38,57g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS
9 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Lentejas con verduras y arroz Coca de titaina valenciana Fruta Brócoli al vapor Pescado al limón /Fruta KCAL 809,10 25,38g 167,29mg 6,84mg 98,70g 35,80g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	10 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Caracolas a la boloñesa con tomate y queso Merluza al horno con zanahoria vichy Fruta Cebolleta y pimiento rojo plancha Revuelto de verduras /Fruta KCAL 762,57 36,85g 236,94mg 5,74mg 99,82g 38,37g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	11 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Sopa de cocido con verduras ECO Cocido completo con pelota Fruta ECO Tosta de verduras gratinadas Pescado al papillote /Fruta KCAL 875,94 53,70g 221,04mg 10,80mg 110,77g 33,35g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	12 E 1º 2º P S Ensalada de col Capricho de calamar Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) Fruta Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta KCAL 777,82 24,71g 129,86mg 7,38mg 103,82g 29,58g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	13 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Crema bretona de alubias Pechuga pollo a la crema con patatas Fruta Mazorca de maíz con sal Pescado azul /Fruta KCAL 810,35 41,89g 273,86mg 9,22mg 99,23g 27,53g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS
16 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Macarrones con boloñesa vegetal, tomate y queso Pavo al curry con cous cous Fruta Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta KCAL 675,43 42,06g 204,14mg 4,99mg 102,83g 28,46g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	17 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Arroz a la cubana (tomate y huevo) Merluza en salsa mery con brócoli ECO Fruta Escalivada Carne blanca /Fruta KCAL 818,87 25,33g 187,24mg 5,27mg 87,26g 41,16g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	18 E 1º 2º P S Ensalada de lechugas de invierno Potaje de garbanzos con espinacas Alitas de pollo a la miel y limón con patatas al ajillo Fruta Wok de verduras Tortilla de atún y calabacín /Fruta KCAL 739,99 36,33g 212,18mg 9,18mg 82,25g 29,50g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	19 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Crema de chirivía y puerro con tostones Canelones gratinados con bechamel de coliflor Fruta ECO Brochetas de verduras Pescado blanco /Fruta KCAL 781,35 25,94g 208,60mg 3,83mg 84,08g 39,20g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	20 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Olleta de la plana Tortilla de patata con queso Yogur Ensalada completa Pizza casera de verduras frescas de temporada KCAL 778,92 36,47g 477,72mg 9,02mg 99,62g 25,77g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS
23 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Espaguetis integrales a la italiana Tortilla de espinacas y pan con aceite pimentón Fruta Crema de puerros Carne de ave /Fruta KCAL 794,65 27,87g 335,43mg 7,52mg 106,73g 30,55g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	24 E 1º 2º P S COLOUR FEST Palomitas (Infantil: Maíz salteado) Sopa de cine Costillas Hollywood con patatas Coca casera de película Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta KCAL 979,22 44,75g 214,95mg 6,56mg 96,79g 52,66g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	25 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Lentejas con verduras P/ECO Buñuelos de bacalao con ensalada ecológica Fruta Champiñones gratinados Carne roja magra /Fruta KCAL 765,77 25,91g 149,56mg 7,42mg 110,93g 25,11g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	26 E 1º 2º P S Ensalada de verduras de temporada Entremeses variados Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales) Fruta ECO Zanahoria aliñada con guisantes Revuelto de ajos tiernos /Fruta KCAL 833,65 35,40g 302,08mg 4,79mg 86,72g 38,84g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS	27 E 1º 2º P S Ensalada fresca ecológica Crema festival de legumbres con tostones integrales Ragout de magro con cous cous Fruta Patatas cocidas Pescado blanco /Fruta KCAL 957,61 34,41g 278,32mg 10,90mg 110,18g 44,50g PROTEÍNAS CARBOHIDRATOS GRASAS ENERGÍA PROTEÍNAS GRASAS GRASAS
E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S	E 1º 2º P S