

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

*Min. 2 port. pain complet/sem

El contenido de este documento es propiedad de la empresa y no debe ser divulgado sin el consentimiento expreso de la misma.

L'information sur les allergènes est disponible dans la cuisine et dans la direction du centre. Un fois par semaine, on servira du pain complet.

5	Salade du jour	KCAL 695,56 PROT 22,78g CA 286,63mg FE 56,03mg HDC 99,27g LIP 23,30g	E 1 ^o 2 ^o P	Crème de légumes de saison Spaghetti blé complé, sauce bolognaise aux légumes Fruits et produits laitiers	Salade complète Omelette aux légumes /Fruit
6	Salade du jour	KCAL 665,25 PROT 31,25g CA 157,33mg FE 7,40mg HDC 93,90g LIP 18,92g	E 1 ^o 2 ^o P	purée de fèves Poulet désossé avec maïs sauté Fruit	Soupe de carotte Viande rouge maigre /Fruit
7	Salade du jour BIO	KCAL 829,90 PROT 41,50g CA 329,64mg FE 6,35mg HDC 95,83g LIP 40,90g	E 1 ^o 2 ^o P	Soupe de volaille et pâtes Goulash de porc avec purée de pommes de terre Smoothie maison au lait et aux fruits	Petits pois à l'oignon et au jambon Poisson sauce citron /Fruit
8	JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT	KCAL 761,66 PROT 22,23g CA 255,64mg FE 6,40mg HDC 127,14g LIP 18,65g	E 1 ^o 2 ^o P	Gaspacho andalou Riz aux légumes Fruits et produits laitiers	Épi de maïs avec du sel Viande de volaille /Fruit
9	Salade du jour	KCAL 777,62 PROT 29,96g CA 351,96mg FE 9,60mg HDC 109,27g LIP 24,70g	E 1 ^o 2 ^o P	Pois chiches du jardin Omelette de pommes de terre avec poivrons Fruits et produits laitiers	
12			E 1 ^o 2 ^o P	Férié	
13	Salade du jour	KCAL 881,31 PROT 27,98g CA 148,57mg FE 5,44mg HDC 100,00g LIP 41,83g	E 1 ^o 2 ^o P	Soupe aux légumes avec croûtons de pain complet Ragout de boeuf avec riz complet Fruit	Wok aux légumes Poisson blanc /Fruit
14	Salade du jour BIO	KCAL 826,39 PROT 49,42g CA 325,48mg FE 9,06mg HDC 105,32g LIP 33,95g	E 1 ^o 2 ^o P	Soupe cuite Cocido completo Fruits et produits laitiers	Toast de légumes gratiné Oeuf /Fruit
15	Salade du jour BIO	KCAL 967,38 PROT 43,31g CA 423,96mg FE 5,35mg HDC 38,76g LIP 70,81g	E 1 ^o 2 ^o P	Gratin aux pommes de terre Crunch de saumon avec brocoli Fruits et produits laitiers	Taboulé de couscous Viande rouge maigre /Fruit
16	JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT	KCAL 809,99 PROT 26,06g CA 257,12mg FE 7,56mg HDC 102,92g LIP 33,36g	E 1 ^o 2 ^o P	Lentilles au curry au lait de coco Burger veggie (fait maison) Fruits et produits laitiers	Haricots verts sautés Poisson sauce citron /Fruit
19	Salade du jour	KCAL 814,87 PROT 35,91g CA 315,34mg FE 5,45mg HDC 117,03g LIP 38,56g	E 1 ^o 2 ^o P	Soupe minestrone Cabillaud à la biscaïenne Fruits et produits laitiers	Escalivada Viande blanche /Fruit
20	JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT	KCAL 836,76 PROT 24,34g CA 326,57mg FE 8,40mg HDC 101,11g LIP 38,44g	E 1 ^o 2 ^o P	Pâtes complètes à la sauce au potiron Omelette d'épinards avec fromage Fruit	Chips de patate douce Poisson blanc /Fruit
21	Salade du jour BIO	KCAL 823,05 PROT 29,44g CA 262,81mg FE 4,92mg HDC 121,88g LIP 24,43g	E 1 ^o 2 ^o P	Riz à la cubaine (sauce tomate, oeuf) Cabillaud à la portugaise Fruits et produits laitiers	Potiron et pomme de terre Viande de volaille /Fruit
22	JOURNÉE DE CATRINA	KCAL 876,86 PROT 38,26g CA 383,87mg FE 5,74mg HDC 99,28g LIP 38,39g	E 1 ^o 2 ^o P	Soupe au potiron Quesadilla jambon york fromage Gâteau catrine	Gratin de chou-fleur Oeufs brouillés aux légumes /Fruit
23	Salade du jour	KCAL 867,89 PROT 33,22g CA 304,12mg FE 7,81mg HDC 105,42g LIP 34,27g	E 1 ^o 2 ^o P	purée de fèves Boulettes de veau à la jardinière Fruits et produits laitiers	Soupe de légumes Poisson bleu /Fruit
26			E 1 ^o 2 ^o P		
27			E 1 ^o 2 ^o P		
28			E 1 ^o 2 ^o P		
29			E 1 ^o 2 ^o P		
30			E 1 ^o 2 ^o P		

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

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

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

1	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Petits pois, jambon serrano	668,33
	2 ^o	Morue aux fines herbesaux pois mange-tout sautés	28,00g
	P	Fruits et produits laitiers	267,16mg
S		Courgettes grillées Viande blanche /Fruit	5,74mg
			73,78g
			29,45g

2	E	Salade du jour BIO	KCAL
	1 ^o	Vichyssoise	680,91
	2 ^o	Filet de lieu noir au four avec maïs	22,83g
	P	Fruits et produits laitiers	268,79mg
S		Brochette de légumes Poisson en papillote /Fruit	4,11mg
			80,62g
			30,25g

5	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Croquettes de morue	856,19
	2 ^o	Chili maison	30,59g
	P	Fruits et produits laitiers	296,83mg
S		Salade complète Omelette aux légumes /Fruit	7,51mg
			105,77g
			34,54g

6	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Ratatouille	460,33
	2 ^o	Longe d'aiglefin au four	19,46g
	P	Fruit	132,51mg
S		Soupe de carotte Viande rouge maigre /Fruit	3,93mg
			53,26g
			19,55g

7	E	Salade du jour BIO	KCAL
	1 ^o	Haricots verts sautés au jambon	722,64
	2 ^o	Tartiflette	21,50g
	P	Smoothie maison au lait et aux fruits	395,43mg
S		Petits pois à l'oignon et au jambon Poisson sauce citron /Fruit	5,04mg
			70,23g
			40,21g

8	E	JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT	KCAL
	1 ^o	Gaspacho andalou	690,59
	2 ^o	Oeufs brouillés à l'ail tendre	29,32g
	P	Fruits et produits laitiers	253,86mg
S		Épi de maïs avec du sel Viande de volaille /Fruit	6,85mg
			93,12g
			22,87g

9	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Crème de légumes de saison	668,68
	2 ^o	Escalopes de dinde aux fines herbes	40,20g
	P	Fruits et produits laitiers	213,41mg
S			5,09mg
			50,90g
			33,23g

12	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Férié	1108,63
	2 ^o	Wrap aux légumes et au fromage au jambon serrano	35,43g
	P	Fruit	330,46mg
S		Wok aux légumes Poisson blanc /Fruit	4,64mg
			98,55g
			64,33g

13	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Gratin Choufleur	865,60
	2 ^o	Longe marinée	29,83g
	P	Fruits et produits laitiers	225,46mg
S		Toast de légumes gratiné Oeuf /Fruit	5,72mg
			72,66g
			65,03g

14	E	Salade du jour BIO	KCAL
	1 ^o	Manchego ratatouille	792,78
	2 ^o	Oeufs brouillés avec saucisse chistorra	21,69g
	P	Fruits et produits laitiers	228,58mg
S		Taboulé de couscous Viande rouge maigre /Fruit	5,01mg
			69,07g
			48,42g

15	E	Salade du jour BIO	KCAL
	1 ^o	Crème de courgettes	721,64
	2 ^o	Calamars recouverts de farine maison	34,64g
	P	Fruits et produits laitiers	262,99mg
S		Haricots verts sautés Poisson sauce citron /Fruit	4,62mg
			128,87g
			25,89g

16	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Nouilles aux légumes et au soja	721,64
	2 ^o	Calamars recouverts de farine maison	34,64g
	P	Fruits et produits laitiers	262,99mg
S		Haricots verts sautés Poisson sauce citron /Fruit	4,62mg
			128,87g
			25,89g

19	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Aubergine Parmiggiana	892,02
	2 ^o	Calamars à la sauce américaine	37,55g
	P	Fruits et produits laitiers	586,21mg
S		Escalivada Viande blanche /Fruit	5,90mg
			92,21g
			41,99g

20	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Haricots à la madrileña	990,85
	2 ^o	Quiche veggie	29,43g
	P	Fruit	280,87mg
S		Chips de patate douce Poisson blanc /Fruit	11,48mg
			110,93g
			52,28g

21	E	Salade du jour BIO	KCAL
	1 ^o	Pois sautés avec des oignons	828,06
	2 ^o	Filet mignon sauce roquefort	38,22g
	P	Fruits et produits laitiers	322,50mg
S		Potiron et pomme de terre Viande de volaille /Fruit	7,02mg
			80,69g
			39,62g

22	E	JOURNÉE DE LA CATRINA	KCAL
	1 ^o	Ragoût de pommes de terre	1073,09
	2 ^o	"Tacos de cochinita"	91,21g
	P	Gâteau catrine	480,59mg
S		Gratin de chou-fleur Oeufs brouillés aux légumes /Fruit	7,67mg
			113,77g
			82,01g

23	E	Salade du jour	KCAL
	1 ^o	Wok de légumes	646,49
	2 ^o	Colin gratiné	23,49g
	P	Fruits et produits laitiers	271,83mg
S		Soupe de légumes Poisson bleu /Fruit	3,87mg
			67,08g
			32,01g

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

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

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

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

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

Octobre - 2026 LFIM-MENU
PRIMAIRE-COLLÈGE-LYCÉE-2^oOP

FRUITS DE SAISON:

Pomme, Poire
Mandarine, Banane

*Min. 2 port. pain complet/sem

VALEUR DIFFÉRENTIELLE



ALLERGÈNES



Avda. 1^o 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

Nous disposons de menus adaptés à l'âge des enfants, régimes, allergies, maladie coeliaque, etc. L'évaluation nutritionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos Menus sont préparés conformément au "Guide de menus des cantines scolaires" de la Generalitat Valenciana.

L'information sur les allergènes est disponible dans la cuisine et dans la direction du centre. Un fois par semaine, on servira du pain complet.

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.

E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	1 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Guisantes con jamón serrano Bacalao a las finas hierbas con tirabeques salteados Fruta y lácteo Calabacín a la plancha Carne blanca /Fruta	2 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecológica Vichyssoise (crema de puerros) Filete de fogonero al horno con maíz Fruta y lácteo Brochetas de verduras Pescado al papillote /Fruta
5 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Croquetas de bacalao Chili casero Fruta y lácteo Ensalada completa Tortilla de verdura /Fruta	6 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Ratatouille Lomo de abadejo al horno Fruta Crema de zanahoria Carne roja magra /Fruta	7 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecológica Judías verdes salteadas con jamón Tartiflette (bacon y queso) Batido casero de leche y frutas Guisantes con cebolla y jamón Pescado al limón /Fruta	8 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP DIA OVOLACTOVEGETARIANO Hummus de garbanzos Gazpacho andaluz Revuelto de ajos tiernos Fruta y lácteo Mazorca de maíz con sal Carne de ave /Fruta	9 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Crema de verduras de temporada Chuletas de pavo finas hierbas Fruta y lácteo
12 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Festivo	13 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Coliflor al gratén Wrap de verduras y queso con jamón serrano Fruta Wok de verduras Pescado blanco /Fruta	14 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecológica Pisto manchego Lomo adobado Fruta y lácteo Tosta de verduras gratinadas Huevo /Fruta	15 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecológica Crema de calabacín Revuelto de chistorra Fruta y lácteo Tabulé de couscous Carne roja magra /Fruta	16 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Tallarines con verduras y salsa de soja Calamares enharinados caseros Fruta y lácteo Judías verdes rehogadas Pescado al limón /Fruta
19 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Parmiggiana de berenjena Calamares en salsa americana Fruta y lácteo Escalivada Carne blanca /Fruta	20 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Judías pintas a la madrileña Quiche vegetal Fruta Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta	21 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada fresca ecológica Guisantes salteados con cebolla Solomillo de cerdo al roquefort Fruta y lácteo Calabaza y patata Carne de ave /Fruta	22 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP JORNADA DE LA CATRINA Guacamole con nachos Guisado ranchero de patatas Tacos de cochinita Tarta catrina Coliflor gratinada Revuelto de verduras /Fruta	23 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP Ensalada de verduras de temporada Wok de verduras Merluza gratinada Fruta y lácteo Crema de verduras Pescado azul /Fruta
26 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	27 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	28 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	29 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	30 E 1º 2º P S KCAL PROT CA FE HDC LIP

*Min. 2 port. pain complet/sem

L'information sur les allergènes est disponible dans la cuisine et dans la direction du centre. Un fois par semaine, on servira du pain complet.

E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	1 E 1^o 2^o P S Salade du jour Riz d'automne (secret, champignons et potiron) Colin basque avec des tomates grillées Fruits et produits laitiers Courgettes grillées Viande blanche /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	2 E 1^o 2^o P S Salade du jour BIO Lentilles aux légumes de saison Boeuf bourguignon Fruits et produits laitiers Brochette de légumes Poisson en papillote /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP
5 E 1^o 2^o P S Salade du jour Tempura de légumes /sauce au yaourt Spaghetti blé complé, sauce bolognaise, aux légumes Fruits et produits laitiers Salade complète Omelette aux légumes /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	6 E 1^o 2^o P S Salade du jour Haricots avec chorizo Poulet au miel avec épi de maïs (Enfants : maïs sauté) Fruit Soupe de carotte Viande rouge maigre /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	7 E 1^o 2^o P S Salade du jour BIO Soupe de volaille et pâtes Rôti de longe avec purée de pomme Smoothie maison au lait et aux fruits Petits pois à l'oignon et au jambon Poisson sauce citron /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	8 E 1^o 2^o P S JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT Houmous Gaspacho andalou Riz aux légumes avec aïoli Fruits et produits laitiers Épi de maïs avec du sel Viande de volaille /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	9 E 1^o 2^o P S Salade du jour Pois chiches du jardin Omelette de pommes de terre avec poivrons Fruits et produits laitiers Salade du jour Poisson sauce citron /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP
12 E 1^o 2^o P S Férié KCAL PROT CA FE HDC LIP	13 E 1^o 2^o P S Salade du jour Soupe aux légumes avec croûtons de pain complet Ragout de boeuf avec riz complet Fruit Wok aux légumes Poisson blanc /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	14 E 1^o 2^o P S Salade du jour BIO Soupe cuite Cocido completo Fruits et produits laitiers Toast de légumes gratiné Oeuf /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	15 E 1^o 2^o P S Salade du jour BIO Gratin dauphinois Crunch de saumon avec brocoli Fruits et produits laitiers Taboulé de couscous Viande rouge maigre /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	16 E 1^o 2^o P S JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT Salade du jour Lentilles au curry au lait de coco Burger veggie (fait maison) Fruits et produits laitiers Haricots verts sautés Poisson sauce citron /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP
19 E 1^o 2^o P S Salade du jour Soupe minestrone Cabillaud à la biscaïenne Fruits et produits laitiers Escalivada Viande blanche /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	20 E 1^o 2^o P S JOURNÉE VÉGÉTARIENNE D'OVOLACT Salade du jour Pâtes complètes à la sauce au potiron Omelette d'épinards avec fromage Fruit Chips de patate douce Poisson blanc /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	21 E 1^o 2^o P S Salade du jour BIO Riz à la cubaine (sauce tomate, oeuf) Cabillaud à la portugaise Fruits et produits laitiers Potiron et pomme de terre Viande de volaille /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	22 E 1^o 2^o P S JOURNÉE DE LA CATRINA Guacamole avec nachos Soupe au potiron Quesadilla jambon york fromage Gâteau catrine Gratin de chou-fleur Oeufs brouillés aux légumes /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP	23 E 1^o 2^o P S Salade du jour Cassoulet végétal Boulettes de veau à la jardinière Fruits et produits laitiers Soupe de légumes Poisson bleu /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP
26 E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	27 E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	28 E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	29 E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	30 E 1^o 2^o P

SIN PESCADO Y MARISCO
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar				1 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro, calabaza y setas Magro con tomate Fruta y yogur natural S/A	2 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Estofado de ternera con patatas Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	5 Ensalada fresca de temporada Verduras em tempura con salsa de yogur Espaguetis con boloñesa vegetal Fruta y yogur natural S/A	6 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo al horno con mazorca Fruta variada	7 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido Lomo asado con puré** Fruta y yogur natural S/A	8 Ensalada fresca de temporada Gazpacho casero Aroz con verduras Fruta y yogur natural S/A	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos a la castellana** Tortilla de patata con pimientos Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	12 FESTIVO	13 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Ternera con verduras Fruta variada	14 Ensalada fresca de temporada Sopa de cocido Cocido completo Fruta y yogur natural S/A	15 Ensalada fresca de temporada Gratinado de patatas y verduras Revuelto de patata y chistorra Fruta y yogur natural S/A	16 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Hamburguesa vegetal con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Sopa de verduras Pollo con tomate Fruta y yogur natural S/A	20 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales en salsa de calabaza Tortilla de espinacas con queso Fruta variada	21 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Solomillo en salsa Fruta y yogur natural S/A	22 Guacamole con nachos** Crema de calabaza Quesadilla de york y queso Fruta y yogur natural S/A	23 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Albóndigas permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	26	27	28	29	30



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar				1 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro, calabaza y setas Merluza al horno con tomate Fruta natural	2 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Fogonero al horno con maíz Fruta natural
Comida / Dinar	5 Ensalada fresca de temporada Verduras emapado casero (maizena) Espaguetis con boloñesa vegetal permitida (sin lácteos) Fruta natural	6 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo al horno con mazorca Fruta variada	7 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Lomo** asado con puré** Fruta natural	8 Ensalada fresca de temporada Gazpacho casero Aroz con verduras Fruta natural	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla de patata con pimientos Fruta natural
Comida / Dinar	12 FESTIVO	13 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras (sin lácteos) Panini sin gluten de jamón y verduras Fruta variada	14 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Fruta natural	15 Ensalada fresca de temporada Crema de calabacín Salmón al horno con brócoli Fruta natural	16 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Hamburguesa vegetal permitida con verduras Fruta natural
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Sopa de verduras Abadejo a la vizcaína Fruta natural	20 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales en salsa de calabaza (sin lácteos) Tortilla de espinacas con jamón Fruta variada	21 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Bacalao al horno con verduras Fruta natural	22 Guacamole con nachos** Crema de calabaza Quesadilla de jamón y vegetales Fruta natural	23 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Merluza al gratén Fruta natural
Comida / Dinar	26	27	28	29	30



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN HUEVO
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar				1 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro, calabaza y setas Merluza al horno con tomate Fruta y yogur natural S/A	2 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Estofado de ternera con patatas Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	5 Ensalada fresca de temporada Verduras emapado casero (maizena) Pasta especial con boloñesa vegetal permitida Fruta y yogur natural S/A	6 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo al horno con mazorca Fruta variada	7 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave pasta especial Lomo asado con puré** Fruta y yogur natural S/A	8 Ensalada fresca de temporada Gazpacho casero (sin huevo) Aroz con verduras Fruta y yogur natural S/A	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla vegana con pimientos Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	12 FESTIVO	13 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Ternera con verduras Fruta variada	14 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave pasta especial Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Fruta y yogur natural S/A	15 Ensalada fresca de temporada Gratinado de patatas y verduras Salmón al horno con brócoli Fruta y yogur natural S/A	16 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Hamburguesa vegetal permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Sopa de verduras (pasta especial) Abadejo a la vizcaína Fruta y yogur natural S/A	20 Ensalada fresca de temporada Pasta especial en salsa de calabaza Tortilla vegana de espinacas Fruta variada	21 Ensalada fresca de temporada Arroz con tomate y verduras Bacalao al horno con verduras Fruta y yogur natural S/A	22 Guacamole con nachos** Crema de calabaza Quesadilla* de york y queso Fruta y yogur natural S/A	23 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Albóndigas permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	26	27	28	29	30



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN GLUTEN
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar				1 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro, calabaza y setas Merluza al horno con tomate Fruta y yogur natural S/A	2 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Estofado de ternera con patatas Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	5 Ensalada fresca de temporada Verduras emapado casero (maizena) Pasta sin gluten con boloñesa vegetal permitida Fruta y yogur natural S/A	6 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo al horno con mazorca Fruta variada	7 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta sin gluten Lomo asado con puré** Fruta y yogur natural S/A	8 Ensalada fresca de temporada Gazpacho casero (sin pan) Aroz con verduras Fruta y yogur natural S/A	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla de patata con pimientos Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	12 FESTIVO	13 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Ternera con verduras Fruta variada	14 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta sin gluten Cocido permitido (embutidos permitidos) Fruta y yogur natural S/A	15 Ensalada fresca de temporada Gratinado** de patatas y verduras Salmón al horno con brócoli Fruta y yogur natural S/A	16 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Hamburguesa vegetal permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Sopa de verduras (pasta sin gluten) Abadejo a la vizcaína Fruta y yogur natural S/A	20 Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten en salsa de calabaza Tortilla de espinacas con queso Fruta variada	21 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Bacalao al horno con verduras Fruta y yogur natural S/A	22 Guacamole con tortitas de maíz** Crema de calabaza Panini sin gluten york y queso Fruta y yogur natural S/A	23 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Albóndigas permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	26	27	28	29	30



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

SIN FRUTOS SECOS ***SOLO
CONDIMENTOS PERMITIDOS

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar				1 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro, calabaza y setas Merluza al horno con tomate Fruta y yogur natural S/A	2 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Estofado de ternera con patatas Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	5 Ensalada fresca de temporada Verduras emapado casero (maizena) Espaguetis con boloñesa vegetal permitida Fruta y yogur natural S/A	6 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo al horno con mazorca Fruta variada	7 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Lomo asado con puré** Fruta y yogur natural S/A	8 Ensalada fresca de temporada Gazpacho casero Aroz con verduras Fruta y yogur natural S/A	9 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Tortilla de patata con pimientos Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	12 FESTIVO	13 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Ternera con verduras Fruta variada	14 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Cocido permitido (pollo, patatas, garbanzos y verduras) Fruta y yogur natural S/A	15 Ensalada fresca de temporada Gratinado de patatas y verduras Salmón al horno con brócoli Fruta y yogur natural S/A	16 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Hamburguesa vegetal permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	19 Ensalada fresca de temporada Sopa de verduras Abadejo a la vizcaína Fruta y yogur natural S/A	20 Ensalada fresca de temporada Macarrones integrales en salsa de calabaza Tortilla de espinacas con queso Fruta variada	21 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Bacalao al horno con verduras Fruta y yogur natural S/A	22 Guacamole con nachos** Crema de calabaza Quesadilla de york y queso Fruta y yogur natural S/A	23 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Albóndigas permitida con verduras Fruta y yogur natural S/A
Comida / Dinar	26	27	28	29	30



Els nostres menús s'elaboren seguint les directrius de la Guia dels menús en els menjadors escolars de la Generalitat Valenciana.

Complint amb el Reglament (UE) N° 1169/2011, disposem de la informació sobre al·lèrgens i substàncies que causen al·lèrgies i intoleràncies alimentàries en la nostra oferta gastronòmica. Poden consultar esta informació en cuina o en la direcció del centre.

		ALÉRGENOS																										
DÍA																												
1	Ensalada de verduras de temporada																					X	T					
1	Arroz de otoño (secreto, setas y calabaza)																T	T	T	T		X						
1	Merluza a la vasca con tomate asado	X	X			X	X	X	X								X	T	T	T								
1	Fruta y lácteo													X														
2	Ensalada fresca ecológica																											
2	Lentejas con verduras de temporada	T															T	T	T	T	X	X					X	
2	Boeuf bourguignon													X														
2	Fruta y lácteo												X															
5	Ensalada de verduras de temporada																					X	T					
5	Verduras en tempura con salsa de yogur	X	X											X			T	T	T	T		X						
5	Espaguetis integrales con boloñesa vegetal	X	X			T	T					X	X	X			T	T	T	T		X						
5	Fruta y lácteo												X															
6	Ensalada de verduras de temporada																					X	T					
6	Alubias con chorizo											X	X	X			X	X	T	T	T	X					X	
6	Pollo a la miel con mazorca de maíz (Infantil: maíz salteado)	X	X											X			X	T	T	T		X						
6	Fruta																											
7	Ensalada fresca ecológica																											
7	Sopa de ave con fideos	X	X			T	T					T	T				X	T										
7	Lomo asado con puré de manzana													X														
7	Batido casero de leche y frutas												X															
8	DÍA OVOLACTOVEGETARIANO Hummus de garbanzos																T	T	T	T	X	X					X	
8	Gazpacho andaluz	X	X														T	T	X	X								
8	Arroz de verduras con ajo aceite					X	X										X	T	T	T	X	X						
8	Fruta y lácteo												X															
9	Ensalada de verduras de temporada																					X	T					
9	Garbanzos a la hortelana																										X	
9	Tortilla de patata con pimientos					X	X															X						
9	Fruta y lácteo												X															
12	Festivo																											
13	Ensalada de verduras de temporada																					X	T					
13	Crema de verduras de temporada con tostones integrales	X	X														X		X	X		X					X	
13	Estofado de ternera con arroz integral																											
13	Fruta																											
14	Ensalada fresca ecológica																											
14	Sopa de cocido	X	X			T	T					T	T				X	T			X	X					X	
14	Cocido completo	X	X			T	T					T	T					T				X					X	
14	Fruta y lácteo													X														
15	Ensalada fresca ecológica																											
15	Gratén de patatas					X	X					X	X	X			X	T	T	T		X						

[illegible]

DÍA		ALÉRGENOS																									
		 CEREALES CON GLUTEN	 DERIVADOS DE CEREALES CON GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 PRODUCTO A BASE DE CRUSTÁCEOS	 HUEVO	 PRODUCTO A BASE DE HUEVO	 PESCADO	 PRODUCTO A BASE DE PESCADO	 CACAHUETES	 PRODUCTOS A BASE DE CACAHUETES	 SOJA	 PRODUCTO A BASE DE SOJA	 LECHE Y DERIVADOS	 FRUTOS DE CÁSCARA	 DERIVADOS DE FRUTOS DE CÁSCARA	 APIO Y DERIVADOS	 MOSTAZA Y DERIVADOS	 GRANOS DE SESAMO	 PRODUCTOS A BASE DE GRANOS DE SESAMO	 DIOXIDO DE AZUFRE	 SULFITOS	 ALTRAMUCES	 PRODUCTOS A BASE DE ALTRAMUCES	 MOLUSCOS	 PRODUCTOS A BASE DE MOLUSCOS	 LEGUMBRES Y OTROS
1	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
1	Guisantes con jamón serrano															X											X
1	Bacalao a las finas hierbas con tirabeques salteados							X	X							T	T	T	T								
1	Fruta y lácteo												X														
2	Ensalada fresca ecológica																										
2	Vichyssoise (crema de puerros)												X								X						
2	Filete de fogonero al horno con maíz							X	X							X											
2	Fruta y lácteo												X														
5	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
5	Croquetas de bacalao	X	X	T	T	X	X	X	X			T	T	X	T	T	T	T	T	T					T	T	
5	Chili casero											T	T	T		X	T	T	T		X						X
5	Fruta y lácteo												X														
6	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
6	Ratatouille															T	T	T	T		X	T					
6	Lomo de abadejo al horno							X													X						
6	Fruta																										
7	Ensalada fresca ecológica																										
7	Judías verdes salteadas con jamón													T		T											
7	Tartiflette (bacon y queso)					X	X				X	X	X								X						
7	Batido casero de leche y frutas												X														
8	DÍA OVOLACTOVEGETARIANO Hummus de garbanzos															T	T	T	T	X	X						X
8	Gazpacho andaluz	X	X													T	T	X	X								
8	Revuelto de ajos tiernos					X	X														X						
8	Fruta y lácteo												X														
9	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
9	Crema de verduras de temporada															X											X
9	Chuletas de pavo finas hierbas										X	X	T			T	T	T	T								
9	Fruta y lácteo												X														
12	Festivo																										
13	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
13	Coliflor al gratén	X	X			X	X						X			T	T	T	T								
13	Wrap de verduras y queso con jamón serrano	X				X	X						X					T									
13	Fruta																										
14	Ensalada fresca ecológica																										
14	Pisto manchego																										
14	Lomo adobado										X	X	X			T	T	T	T	X	X						
14	Fruta y lácteo												X														
15	Ensalada fresca ecológica																										
15	Crema de calabacín															T	T	T	T		X						

[illegible]

DÍA		ALÉRGENOS																									
		CEREALES CON GLUTEN	DERIVADOS DE CEREALES CON GLUTEN	CRUSTÁCEOS	PRODUCTO A BASE DE CRUSTÁCEOS	HUEVO	PRODUCTO A BASE DE HUEVO	PESCADO	PRODUCTO A BASE DE PESCADO	CACAHUETES	PRODUCTOS A BASE DE CACAHUETES	SOJA	PRODUCTO A BASE DE SOJA	LECHE Y DERIVADOS	FRUTOS DE CÁSCARA	DERIVADOS DE FRUTOS DE CÁSCARA	APIO Y DERIVADOS	MOSTAZA Y DERIVADOS	GRANOS DE SESAMO	PRODUCTOS A BASE DE GRANOS DE SESAMO	DIOXIDO DE AZUFRE	SULFITOS	ALTRAMUCES	PRODUCTOS A BASE DE ALTRAMUCES	MOLUSCOS	PRODUCTOS A BASE DE MOLUSCOS	LEGUMBRES Y OTROS
1	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
1	Arroz de otoño (secreto, setas y calabaza)																T	T	T	T	X						
1	Merluza a la vasca con tomate asado	X	X			X	X	X	X								X	T	T	T							
1	Fruta y lácteo												X														
2	Ensalada fresca ecológica																										
2	Lentejas con verduras de temporada	T															T	T	T	T	X	X					X
2	Boeuf bourguignon												X														
2	Fruta y lácteo											X															
5	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
5	Crema de verduras de temporada																X									X	
5	Espaguetis integrales con boloñesa vegetal	X	X			T	T				X	X	X				T	T	T	T		X					
5	Fruta y lácteo												X														
6	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
6	Puré de alubias	T	T			T	T				X	X	X				X	X			X	X					X
6	Pollo deshuesado con maíz salteado																X										
6	Fruta																										
7	Ensalada fresca ecológica																										
7	Sopa de ave con fideos	X	X			T	T				T	T					X	T									
7	Goulash de magro con puré de manzana	T	T			T	T						X				X				X	X					
7	Batido casero de leche y frutas												X														
8	DÍA OVOLACTOVEGETARIANO Hummus de garbanzos																T	T	T	T	X	X					X
8	Gazpacho andaluz	X	X														T	T	X	X							
8	Arroz de verduras																X	T	T	T	X	X					
8	Fruta y lácteo											X															
9	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
9	Garbanzos a la hortelana																										X
9	Tortilla de patata con pimientos					X	X														X						
9	Fruta y lácteo											X															
12	Festivo																										
13	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
13	Crema de verduras de temporada con tostones integrales	X	X														X		X	X	X						X
13	Estofado de ternera con arroz integral																										
13	Fruta																										
14	Ensalada fresca ecológica																										
14	Sopa de cocido	X	X			T	T				T	T					X	T			X	X					X
14	Cocido completo	X	X			T	T				T	T						T				X					X
14	Fruta y lácteo												X														
15	Ensalada fresca ecológica																										
15	Gratén de patatas					X	X				X	X	X				X	T	T	T		X					

[illegible]

DÍA		ALÉRGENOS																									
		 CEREALES CON GLUTEN	 DERIVADOS DE CEREALES CON GLUTEN	 CRUSTÁCEOS	 PRODUCTO A BASE DE CRUSTÁCEOS	 HUEVO	 PRODUCTO A BASE DE HUEVO	 PESCADO	 PRODUCTO A BASE DE PESCADO	 CACAHUETES	 PRODUCTOS A BASE DE CACAHUETES	 SOJA	 PRODUCTO A BASE DE SOJA	 LECHE Y DERIVADOS	 FRUTOS DE CÁSCARA	 DERIVADOS DE FRUTOS DE CÁSCARA	 APIO Y DERIVADOS	 MOSTAZA Y DERIVADOS	 GRANOS DE SESAMO	 PRODUCTOS A BASE DE GRANOS DE SESAMO	 DIOXÍDO DE AZÚFRE	 SULFITOS	 ALTRAMUCES	 PRODUCTOS A BASE DE ALTRAMUCES	 MOLUSCOS	 PRODUCTOS A BASE DE MOLUSCOS	 LEGUMBRES Y OTROS
1	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
1	Arroz de otoño (secreto, setas y calabaza)																T	T	T	T	X						
1	Merluza a la vasca con tomate asado	X	X			X	X	X	X							X	T	T	T								
1	Fruta y lácteo												X														
2	Ensalada fresca ecológica																										
2	Lentejas con verduras de temporada	T														T	T	T	T	X	X					X	
2	Boeuf bourguignon												X														
2	Fruta y lácteo												X														
5	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
5	Crema de verduras de temporada															X										X	
5	Espaguetis integrales con boloñesa vegetal	X	X			T	T				X	X	X			T	T	T	T		X						
5	Fruta y lácteo												X														
6	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
6	Puré de alubias	T	T			T	T				X	X	X			X	X			X	X					X	
6	Pollo deshuesado con maíz salteado															X											
6	Fruta																										
7	Ensalada fresca ecológica																										
7	Sopa de ave con fideos	X	X			T	T				T	T				X	T										
7	Goulash de magro con puré de manzana	T	T			T	T						X			X				X	X						
7	Batido casero de leche y frutas												X														
8	DÍA OVOLACTOVEGETARIANO Hummus de garbanzos															T	T	T	T	X	X					X	
8	Gazpacho andaluz	X	X													T	T	X	X								
8	Arroz de verduras															X	T	T	T	X	X						
8	Fruta y lácteo												X														
9	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
9	Garbanzos a la hortelana																									X	
9	Tortilla de patata con pimientos					X	X														X						
9	Fruta y lácteo												X														
12	Festivo																										
13	Ensalada de verduras de temporada																				X	T					
13	Crema de verduras de temporada con tostones integrales	X	X													X		X	X		X					X	
13	Estofado de ternera con arroz integral																										
13	Fruta																										
14	Ensalada fresca ecológica																										
14	Sopa de cocido	X	X			T	T				T	T				X	T			X	X					X	
14	Cocido completo	X	X			T	T				T	T					T				X					X	
14	Fruta y lácteo												X														
15	Ensalada fresca ecológica																										
15	Gratén de patatas					X	X				X	X	X			X	T	T	T		X						

[illegible]



MENÚ ESCOLAR

Real Decreto 315/2025 (publicado el 16 de abril de 2025)

FRECUENCIA SEMANAL

PRIMEROS PLATOS



Hortalizas: 1-2 raciones



Legumbres: 1-2 raciones



Arroz: 1 ración



Pasta: 1 ración

POSTRES & PAN



Frutas: 4-5 raciones



Lácteo natural: 1 ración

Pan integral: 2 raciones

SEGUNDOS PLATOS



Pescado: 1-3 raciones



Huevos: 1-2 raciones



Carnes: 1-3 raciones



Rojas: 1 ración máx.



Frituras: 1 ración máx.



Prot.Vegetal: 1-5 raciones

GUARNICIONES



Ensalada: 3-4 raciones



Otras: 1-2 raciones

FRECUENCIA MENSUAL



Derivados cárnicos: 2 raciones



Cereales integrales: 4 raciones



Procesados: 1 ración



Ecológicos: 2 platos principales

45% frutas y hortalizas de temporada

Aceites y sal:

- Uso de sal yodada
- Aliños: AOVE o AOV
- Cocinar/freír: AO o AG alto oleico

