

Avda. 1º de Mayo (esq. C/ Bailén) - 46100 Burjassot (Valencia) - T. 963 169 106 / F. 963 169 107  
www.colevisa.com - @: colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

FRUITS DE SAISON: Melon, Pastèque, Nectarine, Pêche, Abricot, Banane, Poire, Prune

Consultez les menus sur notre site web.

Nous avons des menus adaptés à l'âge des enfants, aux régimes alimentaires, aux allergies, à la maladie cœliaque, etc. L'évaluation nutritionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos menus sont préparés conformément aux directives du Generalitat Valenciana «Guide des menus de la salle à manger de l'école».

Des informations sur les allergènes sont disponibles dans la cuisine et à l'adresse du centre. Du pain de blé entier sera donné un jour par semaine.

Téléchargez notre APP "Colevisa Familles"



#### ALLERGÈNES



### LUNDI

### MARDI

### MERCREDI

### JEUDI

### VENDREDI

3 Laitue, tomate, maïs et carotte

Gnocchis 4 fromages

Courgette farcie veggie

Dessert spécial

KCal 845,248 Prot 35,295g Ca 453,293mg Fe 6,498mg  
HdC 143,237g Lip 31,809g VitA 1,476mg VitB12 0,217mg

DINNER:

4 JOURNÉE GASTRONOMIQUE AMÉRICAINE  
Coleslaw (salade de chou)

Burguer veggie avec pommes de terre et rondelles d'oignon

Dessert spécial

KCal 914,737 Prot 19,259g Ca 202,123mg Fe 5,076mg  
HdC 136,690g Lip 33,393g VitA 0,957mg VitB12 0,133mg

DINNER:

5 Aloko (chips de banane plantain)

Salade de petits haricots avec olives et fromage frais

"Croquetas" au boletus avec Tomate au four

Dessert spécial

KCal 986,757 Prot 43,010g Ca 346,615mg Fe 10,290mg  
HdC 126,843g Lip 34,980g VitA 1,188mg VitB12 1,226mg

DINNER:

6 Carottes râpées aigre-douce

Soupe de petits pois à la menthe

Moussaka d'aubergine

Dessert spécial

KCal 773,181 Prot 23,399g Ca 134,020mg Fe 6,817mg  
HdC 96,585g Lip 44,983g VitA 1,414mg VitB12 1,656mg

DINNER:

7 Salade valencienne

Bravas

Paella aux légumes

Dessert spécial

KCal 989,447 Prot 24,230g Ca 142,980mg Fe 5,407mg  
HdC 133,169g Lip 40,733g VitA 0,320mg VitB12 2,773mg

DINNER:

10 Guacamole avec nachos

Salade de pâtes (spiralettes tricolores, fromage frais, tomate et maïs avec vinaigrette à l'huile)

Tempura de verduras

Dessert spécial

KCal 955,941 Prot 37,078g Ca 287,869mg Fe 8,084mg  
HdC 114,730g Lip 40,222g VitA 0,326mg VitB12 19,803mg

DINNER:

11 Laitue, poivron, tomate et carotte

Ragoût de lentilles P/BIO

Oeufs brouillés avec du fromage et des courgettes

Dessert spécial

KCal 980,207 Prot 47,547g Ca 149,251mg Fe 10,106mg  
HdC 110,498g Lip 39,504g VitA 1,438mg VitB12 0,000mg

DINNER:

12 Journée gastronomique française Cerises, roquette et emmental

Tarte au fromage blanc avec des carottes vichy

Ratouille Semoule de blé

Dessert spécial

KCal 1223,325 Prot 36,527g Ca 388,128mg Fe 7,836mg  
HdC 114,598g Lip 69,471g VitA 3,382mg VitB12 0,312mg

DINNER:

13 Laitue, tomate, maïs, concombre, pomme

Salade de pois chiches

Aubergines farcies veggie

Dessert spécial

KCal 920,060 Prot 37,019g Ca 218,688mg Fe 9,416mg  
HdC 118,719g Lip 34,426g VitA 1,070mg VitB12 4,739mg

DINNER:

14 Houmous au pois-chiches avec des chips

"Gazpacho andaluz"

Fideuà de légumes

Dessert spécial

KCal 984,537 Prot 55,862g Ca 268,248mg Fe 13,824mg  
HdC 168,856g Lip 36,450g VitA 0,605mg VitB12 0,653mg

DINNER:

17 Salade Waldorf

Spaghetti au pesto avec du fromage edam râpé

Aubergine farcie veggie avec yaourt à la coriandre

Dessert spécial

KCal 866,790 Prot 35,741g Ca 614,144mg Fe 5,757mg  
HdC 132,951g Lip 42,571g VitA 2,754mg VitB12 1,580mg

DINNER:

18 DU CHAMP À LA TABLE Concombre, tomate, laitue ECO avec huile et vinaigre balsamique

Salmorejo avec des croustons de pain

Tartiflette veggie bio

Dessert spécial

KCal 824,349 Prot 16,390g Ca 130,336mg Fe 5,084mg  
HdC 108,153g Lip 38,175g VitA 0,302mg VitB12 0,383mg

DINNER:

19 Houmous aubergine avec du pain

Riz à la cubaine

Crispy vegan burger avec petits pois à la française

Dessert spécial

KCal 1282,116 Prot 42,953g Ca 294,779mg Fe 12,094mg  
HdC 182,543g Lip 42,963g VitA 0,863mg VitB12 0,939mg

DINNER:

20 Salade de carottes aigre-douce

Vichyssoise

Boulettes veggie avec cous cous

Dessert spécial

KCal 863,275 Prot 20,905g Ca 151,132mg Fe 4,841mg  
HdC 123,658g Lip 35,136g VitA 1,884mg VitB12 0,020mg

DINNER:

21 Bouteille de gazpacho de pastèque

Oeufs mimosa à la sauce rose

Croque monsieur aux légumes

Dessert spécial

KCal 823,503 Prot 31,241g Ca 317,415mg Fe 6,893mg  
HdC 105,885g Lip 32,780g VitA 1,041mg VitB12 1,117mg

DINNER:

24 Férié

DINNER:

25 Laitue, tomate, olives, maïs, carotte

Riz à la "cubaine"

Courgette farcie à la purée de patates douces et gratinée à l'emmental

Dessert spécial

KCal 955,934 Prot 34,310g Ca 228,206mg Fe 7,216mg  
HdC 122,538g Lip 37,412g VitA 1,087mg VitB12 1,965mg

DINNER:

26 Gazpacho de fraises et de tomates

Salade de pois chiches

Cannellonis aux épinards

Dessert spécial

KCal 967,304 Prot 39,900g Ca 291,346mg Fe 8,760mg  
HdC 130,898g Lip 33,137g VitA 1,383mg VitB12 0,359mg

DINNER:

27 Laitue, maïs et concombre avec vinaigrette à l'aneth frais

Nouilles orientales

Tempura de verduras avec sauce teriyaki

Dessert spécial

KCal 907,116 Prot 36,983g Ca 122,370mg Fe 5,472mg  
HdC 152,414g Lip 36,158g VitA 0,364mg VitB12 4,589mg

DINNER:

28 MENU FIN DE COURS

DINNER:

DINNER:

DINNER:

DINNER:

DINNER:

DINNER: