

MENÚ BASAL PRIMERA OPCIÓN OCTUBRE 2025

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña, Melón, Sandía y Manzana

VALOR DIFERENCIAL



ALÉRGENOS



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, celiaquía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se lleva por defecto un día a la semana.

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

Entrante	KCAL
Primero	PROT
Segundo	CA
Postre	FE
Cena	HDC
	LIP

1	Crema de zanahoria y miel	KCAL
Entrante	791,73	PROT
Primero	43,34g	CA
Segundo	198,86mg	FE
Postre	9,25mg	HDC
Cena	104,33g	LIP
	22,89g	

2	Vichyssoise (crema de puerros)	KCAL
Entrante	896,56	PROT
Primero	46,84g	CA
Segundo	345,09mg	FE
Postre	16,17mg	HDC
Cena	104,04g	LIP
	32,56g	

3	Coca de trampó	KCAL
Entrante	896,56	PROT
Primero	46,84g	CA
Segundo	345,09mg	FE
Postre	16,17mg	HDC
Cena	104,04g	LIP
	32,56g	

6	Ensalada caprese	KCAL
Entrante	975,00	PROT
Primero	44,38g	CA
Segundo	489,12mg	FE
Postre	8,31mg	HDC
Cena	96,06g	LIP
	45,32g	

7	Hummus de garbanzos con palitos integrales	KCAL
Entrante	915,30	PROT
Primero	49,39g	CA
Segundo	267,71mg	FE
Postre	9,22mg	HDC
Cena	129,14g	LIP
	34,15g	

8	Nachos con queso	KCAL
Entrante	995,65	PROT
Primero	47,81g	CA
Segundo	473,00mg	FE
Postre	11,93mg	HDC
Cena	112,41g	LIP
	43,74g	

9	con minirollito de primavera	KCAL
Entrante	872,11	PROT
Primero	25,74g	CA
Segundo	161,99mg	FE
Postre	5,00mg	HDC
Cena	82,46g	LIP
	60,54g	

10	Tosta de sobrasada	KCAL
Entrante	880,56	PROT
Primero	34,84g	CA
Segundo	81,81mg	FE
Postre	5,01mg	HDC
Cena	107,20g	LIP
	35,65g	

13	Pan con tomate y jamón	KCAL
Entrante	1276,41	PROT
Primero	28,15g	CA
Segundo	103,14mg	FE
Postre	6,20mg	HDC
Cena	91,40g	LIP
	44,51g	

14	Mini empanadillas de atún	KCAL
Entrante	812,02	PROT
Primero	31,52g	CA
Segundo	331,47mg	FE
Postre	4,95mg	HDC
Cena	119,51g	LIP
	42,04g	

15	Hummus de berenjena con rosquilletas	KCAL
Entrante	1276,39	PROT
Primero	46,06g	CA
Segundo	296,49mg	FE
Postre	13,28mg	HDC
Cena	171,05g	LIP
	46,05g	

16	Aros de cebolla	KCAL
Entrante	946,75	PROT
Primero	39,95g	CA
Segundo	251,22mg	FE
Postre	4,07mg	HDC
Cena	137,78g	LIP
	43,53g	

17	Tosta de ajoarriero	KCAL
Entrante	900,91	PROT
Primero	49,46g	CA
Segundo	326,19mg	FE
Postre	8,39mg	HDC
Cena	115,76g	LIP
	25,64g	

20	Tomate y queso fresco	KCAL
Entrante	814,36	PROT
Primero	49,41g	CA
Segundo	573,99mg	FE
Postre	4,11mg	HDC
Cena	53,72g	LIP
	43,98g	

21	Berenjenas a la miel	KCAL
Entrante	893,49	PROT
Primero	33,88g	CA
Segundo	422,47mg	FE
Postre	7,51mg	HDC
Cena	125,32g	LIP
	42,24g	

22	Falafel con salsa de yogur	KCAL
Entrante	854,92	PROT
Primero	49,78g	CA
Segundo	243,12mg	FE
Postre	10,09mg	HDC
Cena	94,42g	LIP
	34,61g	

23	Queso fresco con miel	KCAL
Entrante	733,37	PROT
Primero	27,79g	CA
Segundo	222,05mg	FE
Postre	3,54mg	HDC
Cena	72,24g	LIP
	37,45g	

24	Croquetas variadas	KCAL
Entrante	940,16	PROT
Primero	44,69g	CA
Segundo	132,92mg	FE
Postre	10,72mg	HDC
Cena	106,86g	LIP
	37,82g	

27	Verduras en tempura	KCAL
Entrante	814,39	PROT
Primero	31,68g	CA
Segundo	186,22mg	FE
Postre	9,52mg	HDC
Cena	98,05g	LIP
	43,00g	

28	Crema de zanahoria y miel	KCAL
Entrante	854,98	PROT
Primero	33,52g	CA
Segundo	329,18mg	FE
Postre	5,43mg	HDC
Cena	109,12g	LIP
	32,26g	

29	Nachos con guacamole	KCAL
Entrante	861,70	PROT
Primero	38,05g	CA
Segundo	180,37mg	FE
Postre	11,42mg	HDC
Cena	106,59g	LIP
	35,07g	

30	Crudités de verduras con queso	KCAL
Entrante	763,99	PROT
Primero	42,13g	CA
Segundo	288,06mg	FE
Postre	5,68mg	HDC
Cena	73,73g	LIP
	34,23g	

31	Tosta de guacamole	KCAL
Entrante	1081,30	PROT
Primero	38,90g	CA
Segundo	123,34mg	FE
Postre	5,47mg	HDC
Cena	126,32g	LIP
	47,71g	

MENÚ BASAL SEGUNDA OPCIÓN OCTUBRE 2025

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña, Melón, Sandía y Manzana

VALOR DIFERENCIAL



RECETA VEGETARIANA



PESCA SOSTENIBLE



PRODUCTOS ORGÁNICOS



RECETA FOODIE



GASTRONOMÍA TRADICIONAL



PRODUCTO DE TEMPORADA



PRODUCTO LOCAL KM 0

ALÉRGENOS

 AJO

 CACAHUETES

 FRUTOS DE CÁSCARA

 SÉSAMO

 CRUSTÁCEOS

 HUEVO

 GLUTEN

 PESCADO

 SOJA

 MOLUSCOS

 LÁCTEOS

 SULFUROS

 ALTRAMUZES

 MOSTAZA

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, celiaquía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará pan integral un día a la semana.

Entrante	KCAL 742,34
Primero	PROT 34,84g
Segundo	CA 199,46mg
Postre	FE 8,51mg
Cena	HDC 93,79g
	LIP 25,71g

Entrante	KCAL 982,54
Primero	PROT 41,26g
Segundo	CA 427,36mg
Postre	FE 10,68mg
Cena	HDC 109,58g
	LIP 46,79g

Entrante	KCAL 982,85
Primero	PROT 35,39g
Segundo	CA 214,01mg
Postre	FE 3,36mg
Cena	HDC 155,42g
	LIP 57,13g

Entrante	KCAL 982,85
Primero	PROT 35,39g
Segundo	CA 214,01mg
Postre	FE 3,36mg
Cena	HDC 155,42g
	LIP 57,13g

Entrante	KCAL 982,85
Primero	PROT 35,39g
Segundo	CA 214,01mg
Postre	FE 3,36mg
Cena	HDC 155,42g
	LIP 57,13g

Entrante	KCAL 917,04
Primero	PROT 45,57g
Segundo	CA 488,72mg
Postre	FE 7,85mg
Cena	HDC 83,30g
	LIP 44,23g

Entrante	KCAL 935,50
Primero	PROT 47,00g
Segundo	CA 177,95mg
Postre	FE 4,74mg
Cena	HDC 127,04g
	LIP 37,94g

Entrante	KCAL 982,54
Primero	PROT 41,26g
Segundo	CA 427,36mg
Postre	FE 10,68mg
Cena	HDC 109,58g
	LIP 46,79g

Entrante	KCAL 982,85
Primero	PROT 35,39g
Segundo	CA 214,01mg
Postre	FE 3,36mg
Cena	HDC 155,42g
	LIP 57,13g

Entrante	KCAL 830,31
Primero	PROT 29,34g
Segundo	CA 122,78mg
Postre	FE 4,55mg
Cena	HDC 107,83g
	LIP 32,19g

Entrante	KCAL 900,71
Primero	PROT 25,74g
Segundo	CA 117,84mg
Postre	FE 5,53mg
Cena	HDC 93,93g
	LIP 48,39g

Entrante	KCAL 948,17
Primero	PROT 36,75g
Segundo	CA 315,11mg
Postre	FE 5,23mg
Cena	HDC 125,57g
	LIP 40,75g

Entrante	KCAL 1280,78
Primero	PROT 47,64g
Segundo	CA 254,52mg
Postre	FE 5,23mg
Cena	HDC 158,14g
	LIP 51,63g

Entrante	KCAL 1280,78
Primero	PROT 47,64g
Segundo	CA 254,52mg
Postre	FE 5,23mg
Cena	HDC 158,14g
	LIP 51,63g

Entrante	KCAL 818,31
Primero	PROT 46,41g
Segundo	CA 376,09mg
Postre	FE 8,25mg
Cena	HDC 99,56g
	LIP 26,38g

Entrante	KCAL 757,74
Primero	PROT 59,89g
Segundo	CA 567,21mg
Postre	FE 5,49mg
Cena	HDC 32,65g
	LIP 42,05g

Entrante	KCAL 815,68
Primero	PROT 32,28g
Segundo	CA 304,25mg
Postre	FE 4,40mg
Cena	HDC 116,91g
	LIP 38,58g

Entrante	KCAL 1178,62
Primero	PROT 39,10g
Segundo	CA 254,82mg
Postre	FE 9,01mg
Cena	HDC 103,78g
	LIP 71,67g

Entrante	KCAL 693,18
Primero	PROT 29,09g
Segundo	CA 213,40mg
Postre	FE 3,47mg
Cena	HDC 84,74g
	LIP 26,74g

Entrante	KCAL 876,99
Primero	PROT 41,41g
Segundo	CA 151,02mg
Postre	FE 10,67mg
Cena	HDC 115,70g
	LIP 28,26g

Entrante	KCAL 921,98
Primero	PROT 36,26g
Segundo	CA 323,38mg
Postre	FE 11,03mg
Cena	HDC 101,99g
	LIP 37,80g

Entrante	KCAL 976,43
Primero	PROT 35,15g
Segundo	CA 323,18mg
Postre	FE 6,22mg
Cena	HDC 126,96g
	LIP 37,67g

Entrante	KCAL 943,72
Primero	PROT 39,40g
Segundo	CA 193,63mg
Postre	FE 11,82mg
Cena	HDC 113,11g
	LIP 40,67g

Entrante	KCAL 695,37
Primero	PROT 33,94g
Segundo	CA 271,75mg
Postre	FE 4,77mg
Cena	HDC 62,88g
	LIP 35,10g

Entrante	KCAL 1087,95
Primero	PROT 37,75g
Segundo	CA 128,98mg
Postre	FE 5,87mg
Cena	HDC 129,78g
	LIP 46,93g