



## MENÚ BASAL SEGUNDA OPCIÓN FEBRERO 2026

**FRUTAS DE TEMPORADA:**

Banana, Manzana, Pera, Fresón y Naranja

**VALOR DIFERENCIAL**

- RECETA VEGETARIANA
- PESCA SOSTENIBLE
- PRODUCTOS ORGÁNICOS
- RECETA FOODIE
- GASTRONOMÍA TRADICIONAL
- PRODUCTO DE TEMPORADA
- PRODUCTO LOCAL KM.0

**ALÉRGENOS**

- APIO
- CAJARIETES
- FRUTOS DE CÁSCARA
- SÉSAMO
- CRUSTÁCEOS
- HUEVO
- GLUTEN
- PESCADO
- SOJA
- MOLUSCOS
- LÁCTEOS
- SUELTOS
- ALIBAMUCES
- 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.

**2**

Entrante: Hummus de garbanzos  
KCAL 881,02  
PROT 39,00g

Primero: Macarrones integrales con boloñesa vegetal, tomate y queso  
CA 271,11mg  
FE 8,64mg

Segundo: Merluza a la bilbaina  
HDC 122,39g  
LIP 26,69g

Postre: Fruta

Cena: Calabacín a la plancha  
Carne de ave /Fruta

**3**

Entrante: Coca italiana de tomate y albahaca  
KCAL 847,32  
PROT 30,55g

Primero: Crema de guisantes y aceite de albahaca con tostones integrales  
CA 88,53mg  
FE 5,94mg

Segundo: Lomo con tomate con arroz blanco  
HDC 96,96g  
LIP 50,79g

Postre: Fruta

Cena: Cous cous con especias  
Pescado al limón /Fruta

**4**

Entrante: Tosta de champiñón gratinado  
KCAL 795,00  
PROT 32,71g

Primero: Paella ciega marinera  
CA 353,58mg  
FE 5,18mg

Segundo: Tortilla de calabacín  
HDC 96,96g  
LIP 31,27g

Postre: Yogur

Cena: Ensalada completa  
Carne blanca magra /Fruta

**5**

Entrante: Tempura de verduras  
KCAL 778,71  
PROT 42,95g

Primero: Sopa de cocido con verduras ECO  
CA 143,90mg  
FE 7,43mg

Segundo: Pechuga de pollo a la plancha con patatas  
HDC 90,59g  
LIP 32,23g

Postre: Fruta ECO

Cena: Guisantes con cebolla y jamón  
Pescado azul /Fruta

**6**

Entrante: Queso fresco con miel  
KCAL 819,59  
PROT 45,58g

Primero: Potaje de garbanzos con acelgas  
CA 364,29mg  
FE 10,70mg

Segundo: Ternera encebollada  
HDC 98,25g  
LIP 27,12g

Postre: Fruta

Cena: Calabaza y patata al microondas  
Tortilla de queso /Fruta

**9**

Entrante: Tosta de sobrasada  
KCAL 808,79  
PROT 35,72g

Primero: Lentejas con verduras y arroz  
CA 107,08mg  
FE 7,84mg

Segundo: Tortilla de atún  
HDC 102,18g  
LIP 29,56g

Postre: Fruta

Cena: Brócoli al vapor  
Pescado al limón /Fruta

**10**

Entrante: Minirollito de primavera  
KCAL 859,30  
PROT 33,62g

Primero: Caracolas a la carbonara  
CA 288,03mg  
FE 4,21mg

Segundo: Calamares a la romana  
HDC 94,90g  
LIP 50,33g

Postre: Fruta

Cena: Cebolleta y pimiento rojo plancha  
Revuelto de verduras /Fruta

**11**

Entrante: Hummus de zanahoria con picos de pan  
KCAL 782,51  
PROT 45,33g

Primero: Sopa de cocido con verduras ECO  
CA 187,57mg  
FE 9,73mg

Segundo: Contramuslo de pollo con ensalada  
HDC 99,38g  
LIP 26,77g

Postre: Fruta ECO

Cena: Tosta de verduras gratinadas  
Pescado al papillote /Fruta

**12**

Entrante: Tartaleta de ensaladilla rusa  
KCAL 776,86  
PROT 42,58g

Primero: Arroz con magro y verduras  
CA 251,28mg  
FE 3,92mg

Segundo: Bacalao al horno  
HDC 90,11g  
LIP 30,43g

Postre: Yogur

Cena: Ensalada completa  
Carne blanca magra /Fruta

**13**

Entrante: Berenjenas a la miel  
KCAL 880,70  
PROT 29,85g

Primero: Crema de calabaza asada  
CA 121,53mg  
FE 3,88mg

Segundo: Pechuga pollo a la crema con patatas  
HDC 80,99g  
LIP 49,43g

Postre: Fruta

Cena: Mazorca de maíz con sal  
Pescado azul /Fruta

**16**

Entrante: Aros de cebolla  
KCAL 861,10  
PROT 43,28g

Primero: Macarrones a la italiana con albahaca fresca  
CA 253,14mg  
FE 4,50mg

Segundo: Chuleta de pavo al ajillo  
HDC 94,52g  
LIP 35,35g

Postre: Fruta

Cena: Chips de boniato al horno  
Pescado blanco /Fruta

**17**

Entrante: Falafel con salsa de yogur  
KCAL 814,21  
PROT 33,95g

Primero: Arroz a la cubana (tomate y huevo)  
CA 243,66mg  
FE 6,55mg

Segundo: Merluza al horno con verduras  
HDC 108,05g  
LIP 27,56g

Postre: Fruta

Cena: Escalivada  
Carne blanca /Fruta

**18**

Entrante: Nachos con guacamole  
KCAL 876,99  
PROT 47,81g

Primero: Potaje de garbanzos con espinacas  
CA 334,54mg  
FE 11,08mg

Segundo: Pollo asado con patatas  
HDC 91,33g  
LIP 38,21g

Postre: Yogur

Cena: Wok de verduras  
Tortilla de atún y calabacín /Fruta

**19**

Entrante: Dip de queso crema con zanahoria  
KCAL 810,37  
PROT 36,42g

Primero: Canelones gratinados  
CA 212,88mg  
FE 3,63mg

Segundo: Bacalao confitado con guisantes  
HDC 71,76g  
LIP 42,85g

Postre: Fruta ECO

Cena: Brochetas de verduras  
Pescado blanco /Fruta

**20**

Entrante: Pan con tomate y jamón  
KCAL 961,46  
PROT 34,75g

Primero: Lentejas con verduras  
CA 258,84mg  
FE 7,71mg

Segundo: Quiche Lorraine  
HDC 126,30g  
LIP 36,28g

Postre: Fruta

Cena: Ensalada completa  
Pizza casera de verduras frescas de temporada

**23**

Entrante: Tomate y queso fresco  
KCAL 874,21  
PROT 40,94g

Primero: Espaguetis integrales a la italiana  
CA 365,21mg  
FE 4,81mg

Segundo: Salmón al horno con cous cous  
HDC 102,03g  
LIP 37,35g

Postre: Fruta

Cena: Crema de puerros  
Carne de ave /Fruta

**24**

Entrante: Festival de Cine Palomitas (Infantil: Maíz salteado)  
KCAL 932,81  
PROT 46,54g

Primero: Sopa de cine  
CA 281,78mg  
FE 7,40mg

Segundo: Lomo al roquefort con patatas  
HDC 82,70g  
LIP 62,62g

Postre: Coca casera de película

Cena: Coliflor gratinada  
Pescado azul /Fruta

**25**

Entrante: Crudités de verduras con salsa de yogur  
KCAL 694,84  
PROT 46,67g

Primero: Lentejas con verduras P/ECO  
CA 216,67mg  
FE 8,58mg

Segundo: Contramuslo de pollo al romero  
HDC 85,87g  
LIP 18,54g

Postre: Fruta

Cena: Champiñones gratinados  
Carne roja magra /Fruta

**26**

Entrante: Festivo

Primero: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

**27**

Entrante: Festivo

Primero: Festivo

Segundo: Festivo

Postre: Festivo

Cena: Festivo

Entrante

Primero

Segundo

Postre

Cena

Entrante

Primero

Segundo

Postre

Cena

Entrante

Primero

Segundo

Postre

Cena

Entrante

Primero

Segundo

Postre

Cena

Entrante

Primero

Segundo

Postre

Cena