

Colegio La Salle L' Alcora

Gener - 2020 Basal

## FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Pinya, Kiwi  
Poma Golden, Poma Starking  
Peres  
Taronja, Mandarina

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 142

## VALOR DIFERENCIADOR



## AL·LÈRGENS



<p><b>1</b></p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>2</b></p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>3</b></p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>6</b></p> <p>E Festiu</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>7</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, dacsca, carlota</p> <p>1º Espaguetis integrals toscana</p> <p>2º Delícies de lluç amb pimentó torrat</p> <p>P Lacti</p> <p>S Sopa de verdures Carn blanca magra /Fruita</p>	<p><b>8</b></p> <p>E Amanida ecològica d'encisam romà, fulla de roure, tomaca, carlota i passes</p> <p>1º Llentilles amb verdures (carlota i porro) - Plat ecològic</p> <p>2º Truita de creïlla amb fiambre de titot</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Amanida d'arròs Peix blanc /Fruita</p>	<p><b>9</b></p> <p>E Tomaca i formatge valencià</p> <p>1º Amanida Russa (tonyina, ou, creïlla, pèsol, carlota, maionesa)</p> <p>2º Arròs al forn</p> <p>P Fruita</p> <p>S Sandvitx vegetal amb formatge Carn d'au /Fruita</p>	<p><b>10</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, soia</p> <p>1º Crema bretona de fesols amb tostons integrals</p> <p>2º Pollastre rostit al forn amb panotxa de dacsca</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bledes saltejades Peix a la llima /Fruita</p>	<p><b>13</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, api</p> <p>1º Fideuà de verdures amb soja</p> <p>2º Perca a la lionesa</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Carn blanca magra /Fruita</p>	<p><b>14</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, cogombre</p> <p>1º Crema de pèsols i poma amb tostons integrals</p> <p>2º Pit de pollastre a la planxa amb creïlles al forn</p> <p>P Lacti</p> <p>S Minestra saltejada Ous al plat amb verdures /Fruita</p>	<p><b>15</b></p> <p>E Amanida ecològica d'encisam romà, escarola, tomaca, dacsca, pimentó i</p> <p>1º Arròs de secret, carabassa ecològica i bolets</p> <p>2º Filet de lluç gratinat provençal amb bròcoli</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Crema de remolatxa Hamburguesa de cigrons /Fruita</p>	<p><b>16</b></p> <p>E Dia mundial de la croqueta/ Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, cogombre</p> <p>1º Potatge de cigrons amb bledes</p> <p>2º Truita de creïlla i ceba amb croqueta de la iaia</p> <p>P Fruita</p> <p>S Verdures saltejades amb pasta Sandvitx vegetal amb formatge /Fruita</p>	<p><b>17</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, poma</p> <p>1º Caragols (pasta) amb xampinyó, tomaca cherry, olives, formatge</p> <p>2º Llom de bacallà a la gallega (creïlla)</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de porro Carn magra de porc /Fruita</p>	<p><b>20</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, dacsca, carlota</p> <p>1º Llentilles amb carlota, ceba, bajoqueta</p> <p>2º Llonganisses amb faves</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bròcoli amb creïlles Peix a la llima /Fruita</p>	<p><b>21</b></p> <p>E Orejones</p> <p>1º Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>2º Aladros en tempura amb ensalada de verdures fresques</p> <p>P Lacti</p> <p>S Minestra saltejada Carn d'au /Fruita</p>	<p><b>22</b></p> <p>E Amanida ecològica d'encisam romà, escarola, tomaca, dacsca, pimentó i</p> <p>1º Sopa de bullit amb cigrons i verdures ecològiques</p> <p>2º Pollastre amb all amb creïlles camperoles</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Bullit valencià Carn blanca magra /Fruita</p>	<p><b>23</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, soia</p> <p>1º Espaguetis a la italiana (tomaca, formatge)</p> <p>2º Lluç a la marinera amb pèsols ofegats</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bròquil al vapor Ous al plat amb verdures /Fruita</p>	<p><b>24</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, dacsca, carlota</p> <p>1º Fesols estofats amb verdures</p> <p>2º Pizza de xampinyó, pernil dolç i formatge Truita francesa</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix blanc /Fruita</p>	<p><b>27</b></p> <p>E Fruits secs Galletetes salades</p> <p>1º Macarrons a la carbonara</p> <p>2º Truita d'espínacs amb tomaca cherry i formatge</p> <p>P Fruita</p> <p>S Sopa de verdures Sandvitx vegetal amb formatge /Fruita</p>	<p><b>28</b></p> <p>E Baba ghanoush</p> <p>1º Shorbat Feraz</p> <p>2º Tajine de vedella amb cous cous</p> <p>P Iogurt àrab amb fruita, mel i canyella</p> <p>S Crema de carlota Carn magra de porc /Fruita</p>	<p><b>29</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, cogombre</p> <p>1º Pernil i formatge</p> <p>2º Paella valenciana amb pollastre de camp</p> <p>P Fruita</p> <p>S Sopa de verdures Peix a la llima /Fruita</p>	<p><b>30</b></p> <p>E Dia mundial de la pau/ Tomaca ecològica i formatge valencià</p> <p>1º Cigrons amb espínacs i carlota ecològiques</p> <p>2º Xulla de titot a la planxa amb creïlles rostides amb pebre roig</p> <p>P Fruita ecològica</p> <p>S Carxofes saltejades Truita d'abadejo /Fruita</p>	<p><b>31</b></p> <p>E Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota, poma</p> <p>1º Canelons gratinats</p> <p>2º Calamars a l'andalusà amb maionesa</p> <p>P Fruita</p> <p>S Quiche de verdures Carn d'au /Fruita</p>
---	---	---	---	--	--	---	--	--	---	---	--	---	--	--	--	---	---	--	--	--	--	--

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

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



Colegio La Salle L' Alcora

Enero - 2020 Basal

## FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Piña, Kiwi  
Manzana Golden, Manzana  
Pera blanquilla, Pera conferencia  
Naranja, Mandarina

DESCARGA  
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 142

## VALOR DIFERENCIADOR



## ALERGENOS



<p><b>1</b></p> <p>E Festivo</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>2</b></p> <p>E Festivo</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>3</b></p> <p>E Festivo</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>6</b></p> <p>E Festivo</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p><b>7</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>1º Espaguetis integrales toscana (tomate calabacín, cebolla, albahaca, queso)</p> <p>2º Delicias de merluza con pimiento asados</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Sopa de verduras Carne blanca magra /Fruta</p>	<p><b>8</b></p> <p>E Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, zanahoria y pasas</p> <p>1º Lentejas con verduras (zanahoria y puerro) - Plato ecológico</p> <p>2º Tortilla de patata con fiambre de pavo</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Ensalada de arroz Pescado blanco /Fruta</p>	<p><b>9</b></p> <p>E Tomate y queso servilleta valenciano</p> <p>1º Ens. rusa (atún, huevo, patata, guisante, zanahoria, mayonesa)</p> <p>2º Arroz al horno</p> <p>P Fruta</p> <p>S Sandwich vegetal con fiambre Carne de ave /Fruta</p>	<p><b>10</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, soja</p> <p>1º Crema bretona de alubias con tostones integrales</p> <p>2º Pollo asado al horno con mazorca de maíz</p> <p>P Fruta</p> <p>S Acelgas salteadas Pescado al limón /Fruta</p>	<p><b>13</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, apio</p> <p>1º Fideuà de verduras y soja</p> <p>2º Perca a la lionesa</p> <p>P Fruta</p> <p>S Calabacín a la plancha Carne blanca magra /Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>1º Crema de guisantes y manzana con tostones integrales</p> <p>2º Pechuga de pollo a la plancha y patatas al horno</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Menestra salteada Huevos al plato con verduras /Fruta</p>	<p><b>15</b></p> <p>E Ensalada ecológica de lechuga romana, escarola, tomate, maíz, pimiento y pepino</p> <p>1º Arroz de secreto, calabaza ecológica y setas</p> <p>2º Filete de merluza a la provenzal con brócoli</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Crema de remolacha Hamburguesa de garbanzos /Fruta</p>	<p><b>16</b></p> <p>E Día mundial de la croqueta/ Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>1º Potaje de garbanzos con acelgas</p> <p>2º Tortilla de patata y cebolla con croqueta de la abuela</p> <p>P Fruta</p> <p>S Verduras salteadas con pasta Sandwich vegetal con queso /Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, manzana</p> <p>1º Caracolas con champiñón, tomate cherry, aceitunas, queso</p> <p>2º Lomo de bacalao a la gallega (patata)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Crema de puerros Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p><b>20</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>1º Lentejas con zanahoria, cebolla, judía verde</p> <p>2º Longanizas con habas</p> <p>P Fruta</p> <p>S Brocoli con patatas Pescado al limón /Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>E Orejones</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>2º Boquerones en tempura con ensalada de verduras frescas</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Menestra salteada Carne de ave /Fruta</p>	<p><b>22</b></p> <p>E Ensalada ecológica de lechuga romana, escarola, tomate, maíz, pimiento y pepino</p> <p>1º Sopa de cocido con garbanzos y verduras ecológicas</p> <p>2º Pollo al ajillo con patatas camperas</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Hervido valenciano Carne blanca magra /Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, soja</p> <p>1º Espaguetis italiana (tomate, queso)</p> <p>2º Merluza a la marinera con guisantes rehogados</p> <p>P Fruta</p> <p>S Brócoli al vapor Huevos al plato con verduras /Fruta</p>	<p><b>24</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, maíz, zanahoria</p> <p>1º Alubias estofadas con verduras</p> <p>2º Pizza de champiñón, jamón york y queso Tortilla francesa</p> <p>P Fruta</p> <p>S Calabacín a la plancha Pescado blanco /Fruta</p>	<p><b>27</b></p> <p>E Frutos secos Galletitas saladas</p> <p>1º Macarrones a la carbonara</p> <p>2º Tortilla de espinacas con tomate cherry y queso</p> <p>P Fruta</p> <p>S Sopa de verduras Sandwich vegetal con fiambre /Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>E Baba ghanoush (paté de berenjena)</p> <p>1º Shorbat Feraz (sopa de verduras con caldo de pollo y pasta)</p> <p>2º Tajine de ternera (guiso) con cous cous</p> <p>P Yogur árabe con fruta, miel y canela</p> <p>S Crema de zanahoria Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p><b>29</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, pepino</p> <p>1º Jamón serrano y queso</p> <p>2º Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>P Fruta</p> <p>S Sopa de verduras Pescado al limón /Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>E Día mundial de la paz/ Tomate ecológico y queso servilleta valenciano</p> <p>1º Garbanzos con espinacas y zanahoria ecológicas</p> <p>2º Chuleta de pavo a la plancha con patatas asadas con pimentón</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Alcachofas salteadas Tortilla de bacalao /Fruta</p>	<p><b>31</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria, manzana</p> <p>1º Canelones gratinados</p> <p>2º Calamares a la andaluza con mayonesa</p> <p>P Fruta</p> <p>S Quiche de verduras Carne de ave /Fruta</p>
--	--	--	--	---	---	--	---	---	--	--	---	--	---	---	--	--	--	--	---	---	---	---

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, celiacía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan conforme a las directrices de la "Guía de menús de menajadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

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.

