



## FRUTAS DE TEMPORADA:

## Banana, Manzana, Pera Fresón y Naranja

#### **VALORES DIFERENCIADORES**



## ALÉRGENOS



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

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiacia, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con las directrices de la "Guía de menús de comedores escolares" de la Generalitat Valenciana.

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	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 759,92 PROT 34,14g CA 334,36mg FE 87,44mg HDC 87,81g LIP 31,95g postre	Macarrones a la carbonara	KCAL 824,91 PROT 39,44g CA 201,92mg FE 5,51mg HDC 89,88g LIP 34,53g postre	puré de patatas con tostones integrales	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 828,87 PROT 33,72g CA 279,48mg FE 8,55mg HDC 74,73g LIP 43,87g postre	Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate)	Ensalada fresca ecológica	KCAL 653,98 PROT 149,52mg CA 7,42mg FE 84,49g HDC 24,23g postre	Sopa de cocido con verduras ECO	Ensalada fresca ecológica	KCAL 761,78 PROT 22,69g CA 222,18mg FE 8,53mg HDC 116,21g LIP 23,45g postre	Puré de garbanzos	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 761,78 PROT 22,69g CA 222,18mg FE 8,53mg HDC 116,21g LIP 23,45g postre						
3	entrante	Jornada Gastronómica Francesa con ratatouille	KCAL 911,20 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Fruta	KCAL 824,91 PROT 39,44g CA 201,92mg FE 5,51mg HDC 89,88g LIP 34,53g postre	Tartiflette (bacon y queso)	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 828,87 PROT 33,72g CA 279,48mg FE 8,55mg HDC 74,73g LIP 43,87g postre	Tortilla francesa con championes	Ensalada fresca ecológica	KCAL 653,98 PROT 149,52mg CA 7,42mg FE 84,49g HDC 24,23g postre	Fruta ECO	Ensalada fresca ecológica	KCAL 761,78 PROT 22,69g CA 222,18mg FE 8,53mg HDC 116,21g LIP 23,45g postre	Capricho de calamar con pimientos	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 761,78 PROT 22,69g CA 222,18mg FE 8,53mg HDC 116,21g LIP 23,45g postre						
4	entrante	Fruta	KCAL 911,20 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Cous cous con especias	KCAL 824,91 PROT 39,44g CA 201,92mg FE 5,51mg HDC 89,88g LIP 34,53g postre	Magro en salsa	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 828,87 PROT 33,72g CA 279,48mg FE 8,55mg HDC 74,73g LIP 43,87g postre	Yogur	Ensalada fresca ecológica	KCAL 653,98 PROT 149,52mg CA 7,42mg FE 84,49g HDC 24,23g postre	Guisantes con cebolla y jamón	Ensalada fresca ecológica	KCAL 761,78 PROT 22,69g CA 222,18mg FE 8,53mg HDC 116,21g LIP 23,45g postre	Calabaza y patata al microondas	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 761,78 PROT 22,69g CA 222,18mg FE 8,53mg HDC 116,21g LIP 23,45g postre						
5	entrante	Fruta	KCAL 911,20 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Ensala completa	KCAL 824,91 PROT 39,44g CA 201,92mg FE 5,51mg HDC 89,88g LIP 34,53g postre	Ensala completa	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 828,87 PROT 33,72g CA 279,48mg FE 8,55mg HDC 74,73g LIP 43,87g postre	Hummus de garbanzos	Ensalada fresca ecológica	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g postre	Mazorca de maíz con sal	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g postre						
6	entrante	Fruta	KCAL 911,20 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Fruta	KCAL 824,91 PROT 39,44g CA 201,92mg FE 5,51mg HDC 89,88g LIP 34,53g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 828,87 PROT 33,72g CA 279,48mg FE 8,55mg HDC 74,73g LIP 43,87g postre	Fruta ECO	Ensalada fresca ecológica	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 114,18g HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre						
9	entrante	Fruta	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Brócoli al vapor	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Caracolas a la bolloñesa con tomate y queso con queso	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 979,64 PROT 36,27g CA 353,41mg FE 6,70mg HDC 101,17g LIP 61,94g postre	Tortilla francesa con pisto	Ensalada fresca ecológica	KCAL 760,37 PROT 41,44g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Tosta de verduras gratinadas	Ensalada fresca ecológica	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Tostada de verduras gratinadas	Ensalada fresca ecológica	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g postre			
10	entrante	Fruta	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Brócoli al vapor	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Delicias de pescado con zanahoria	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 979,64 PROT 36,27g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Yogur	Ensalada fresca ecológica	KCAL 760,37 PROT 41,44g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
11	entrante	Fruta	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Brócoli al vapor	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Merluza en salsa mery con brócoli ECO	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 979,64 PROT 36,27g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Yogur	Ensalada fresca ecológica	KCAL 760,37 PROT 41,44g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
12	entrante	Fruta	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Brócoli al vapor	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Merluza en salsa mery con brócoli ECO	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 979,64 PROT 36,27g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Yogur	Ensalada fresca ecológica	KCAL 760,37 PROT 41,44g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
13	entrante	Fruta	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Brócoli al vapor	KCAL 762,18 PROT 46,60g CA 171,31mg FE 10,32mg HDC 77,38g LIP 29,69g postre	Merluza en salsa mery con brócoli ECO	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 979,64 PROT 36,27g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Yogur	Ensalada fresca ecológica	KCAL 760,37 PROT 41,44g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Wok de verduras	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
16	entrante	Fruta	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Ragout de pavo con coucous	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g postre	PIZZERO	Ensalada fresca ecológica	KCAL 672,23 PROT 32,27g CA 349,70mg FE 8,33mg HDC 79,49g LIP 24,71g postre	Potaje de garbanzos con espinacas	Ensalada de lechugas de invierno	KCAL 669,72 PROT 23,22g CA 343,56mg FE 3,41mg HDC 66,62g LIP 46,02g postre	Espirales a la carbonara	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
17	entrante	Fruta	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g postre	PIZZERO	Ensalada fresca ecológica	KCAL 672,23 PROT 32,27g CA 349,70mg FE 8,33mg HDC 79,49g LIP 24,71g postre	Pollo deshuesado con patatas al ajillo	Ensalada de lechugas de invierno	KCAL 669,72 PROT 23,22g CA 343,56mg FE 3,41mg HDC 66,62g LIP 46,02g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
18	entrante	Fruta	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Wok de verduras	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g postre	Tostada de verduras gratinadas	Ensalada fresca ecológica	KCAL 672,23 PROT 32,27g CA 349,70mg FE 8,33mg HDC 79,49g LIP 24,71g postre	Wok de verduras	Ensalada de lechugas de invierno	KCAL 669,72 PROT 23,22g CA 343,56mg FE 3,41mg HDC 66,62g LIP 46,02g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
19	entrante	Fruta	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 672,23 PROT 32,27g CA 349,70mg FE 8,33mg HDC 79,49g LIP 24,71g postre	Fruta	Ensalada de lechugas de invierno	KCAL 669,72 PROT 23,22g CA 343,56mg FE 3,41mg HDC 66,62g LIP 46,02g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
20	entrante	Fruta	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 737,60 PROT 35,11g CA 152,00mg FE 5,82mg HDC 84,75g LIP 30,53g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 672,23 PROT 32,27g CA 349,70mg FE 8,33mg HDC 79,49g LIP 24,71g postre	Fruta	Ensalada de lechugas de invierno	KCAL 669,72 PROT 23,22g CA 343,56mg FE 3,41mg HDC 66,62g LIP 46,02g postre	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre	Fruta	Ensalada fresca ecológica	KCAL 954,51 PROT 32,96g CA 276,93mg FE 7,16mg HDC 122,16g LIP 37,68g postre			
23	entrante	Fruta	KCAL 934,24 PROT 27,14g CA 136,53mg FE 5,01mg HDC 131,85g LIP 49,71g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 934,24 PROT 27,14g CA 136,53mg FE 5,01mg HDC 131,85g LIP 49,71g postre	Buñuelos de bacalao con mayonesa	Jornada Gastronómica Francesa con ratatouille	KCAL 911,20 PROT 49,23g CA 185,33mg FE 5,24mg HDC 76,22g LIP 69,89g postre	Crema de verdueras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 804,65 PROT 31,17g CA 250,49mg FE 8,59mg HDC 124,84g LIP 20,23g postre	Champiñones gratinados	Lentejas con verduras P/ECO	KCAL 828,87 PROT 31,17g CA 250,49mg FE 8,59mg HDC 124,84g LIP 20,23g postre	Paella valenciana	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 834,70 PROT 33,36g CA 171,18mg FE 4,76mg HDC 116,48g LIP 26,68g postre	Merluza en salsa	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 31,10g LIP 35,96g postre	Fruta	Ensalada de verduras de temporada	KCAL 894,16 PROT 44,59g CA 276,65mg FE 7,16mg HDC 107,98g LIP 33,67g postre
24	entrante	Fruta	KCAL 934,24 PROT 27,14g CA 136,53mg FE 5,01mg HDC 131,85g LIP 49,71g postre	Chips de bonito al horno	KCAL 934,24 PROT 27,14g CA 136,53mg FE 5,01mg HDC 131,85g LIP 49,71g postre	Fruta	Jornada Gastronómica Francesa con ratatouille	KCAL 911,20 PROT 49,23g CA 185,33mg FE 5,2															



**Y4 - Y11  
FEBRERO 2026**

## FRUTAS DE TEMPORADA:

**Banana, Manzana, Pera  
Fresón y Naranja**

## VALORES DIFERENCIADORES



## ALÉRGENOS



<b>2</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Macarrones a la carbonara segundo Merluza a la plancha con judías verdes salteadas postre Fruta cena Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	KCAL 759,92 PROT 34,14g CA 334,36mg FE 87,81g HDC 87,81g LIP 31,95g
<b>3</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Puré de patatas con tostones integrales segundo Lomo asado con pisto postre Fruta cena Cous cous con especias Pescado al limón /Fruta	KCAL 781,20 PROT 29,22g CA 201,61mg FE 5,36mg HDC 77,76g LIP 53,59g
<b>4</b>	Entrante <b>Ensalada fresca ecológica</b> primero Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) segundo Tortilla francesa con champiñones postre Yogur cena Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta	KCAL 828,87 PROT 33,72g CA 279,48mg FE 8,55mg HDC 74,73g LIP 43,87g
<b>5</b>	Entrante <b>Ensalada fresca ecológica</b> primero <b>Sopa de cocido con verduras ECO</b> segundo Pollo a l'ast con patatas postre <b>Fruta ECO</b> cena Guisantes con cebolla y jamón Pescado azul /Fruta	KCAL 753,36 PROT 49,47g CA 165,60mg FE 8,34mg HDC 85,06g LIP 27,36g
<b>6</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Estofado de garbanzos con acelgas segundo Calamares a la romana con pimientos postre Fruta cena Calabaza y patata al microondas Tortilla de queso /Fruta	KCAL 807,01 PROT 36,64g CA 289,57mg FE 10,88mg HDC 111,09g LIP 24,59g
<b>9</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Lentejas con chorizo (Infantil: Lentejas con verduras) con arroz blanco segundo Solomillo al horno con verduras al horno postre Fruta cena Brócoli al vapor Pescado al limón /Fruta	KCAL 912,91 PROT 46,30g CA 164,29mg FE 10,37mg HDC 100,53g LIP 36,27g
<b>10</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Caracolas a la boloñesa con tomate y queso con queso segundo Coca de titaina valenciana postre Fruta cena Cebollita y pimiento rojo plancha Revuelto de verduras /Fruta	KCAL 1112,84 PROT 36,50g CA 356,56mg FE 5,85mg HDC 123,15g LIP 67,98g
<b>11</b>	Entrante <b>Ensalada fresca ecológica</b> primero <b>Sopa de cocido con verduras ECO</b> segundo Delicias de pescado con zanahoria postre Yogur cena Tosta de verduras gratinadas Pescado al papillote /Fruta	KCAL 760,37 PROT 41,44g CA 343,65mg FE 7,51mg HDC 94,36g LIP 29,30g
<b>12</b>	Entrante Hummus de garbanzos primero Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) segundo Croquetas variadas con ensalada postre <b>Fruta ECO</b> cena Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta	KCAL 849,95 PROT 29,30g CA 139,96mg FE 9,48mg HDC 114,18g LIP 31,10g
<b>13</b>	Entrante <b>Ensalada fresca ecológica</b> primero Crema bretona de alubias segundo Pechuga pollo a la crema con patatas postre Fruta cena Mazorca de maíz con sal Pescado azul /Fruta	KCAL 810,35 PROT 41,89g CA 273,86mg FE 9,22mg HDC 99,23g LIP 27,53g
<b>16</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Guisado de magro con verduras y patatas segundo Pavo al curry con cous cous postre Fruta cena Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta	KCAL 744,29 PROT 39,52g CA 134,13mg FE 5,84mg HDC 81,13g LIP 30,92g
<b>17</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Crema de verduras de temporada segundo PIZZERO postre <b>Fruta ECO</b> cena Brochetas de verduras Pescado blanco /Fruta	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g
<b>18</b>	Entrante Ensalada de lechugas de invierno primero Potaje de garbanzos con espinacas segundo Alitas de pollo al horno con patatas al ajillo postre Yogur cena Wok de verduras Tortilla de atún y calabacín /Fruta	KCAL 782,58 PROT 37,82g CA 371,36mg FE 9,14mg HDC 80,35g LIP 33,39g
<b>19</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Espirales a la carbonara segundo <b>Merluza en salsa mery con brócoli ECO</b> postre Fruta cena Escalivada Carne blanca /Fruta	KCAL 669,72 PROT 23,22g CA 343,56mg FE 3,41mg HDC 66,62g LIP 46,02g
<b>20</b>	Entrante <b>Ensalada fresca ecológica</b> primero Arroz a la cubana (tomate y huevo) segundo Tortilla de patata con queso postre Fruta cena Ensalada completa Pizza casera de verduras frescas de temporada	KCAL 864,21 PROT 30,23g CA 270,28mg FE 6,56mg HDC 101,86g LIP 37,33g
<b>23</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Espaguetis a la boloñesa segundo <b>Buñuelos de bacalao con mayonesa</b> postre Fruta cena Crema de puerros Carne de ave /Fruta	KCAL 934,24 PROT 27,14g CA 136,53mg FE 5,01mg HDC 131,85g LIP 49,71g
<b>24</b>	Entrante Jornada Gastronómica Francesa con ratatouille primero Tartiflette (bacon y queso) segundo Boeuf bourguignon con patatas postre Crepe de chocolate cena Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta	KCAL 911,20 PROT 49,23g CA 185,33mg FE 5,24mg HDC 76,22g LIP 69,89g
<b>25</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero <b>Lentejas con verduras P/ECO</b> segundo Hamburguesa completa con patatas postre Fruta cena Champiñones gratinados Carne roja magra /Fruta	KCAL 804,65 PROT 31,17g CA 250,49mg FE 8,59mg HDC 124,84g LIP 20,23g
<b>26</b>	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Paella valenciana segundo Rabas a la andaluza con hummus de garbanzos postre <b>Fruta ECO</b> cena Zanahoria aliñada con guisantes Revuelto de ajos tiernos /Fruta	KCAL 1032,60 PROT 29,17g CA 200,52mg FE 6,83mg HDC 150,40g LIP 35,38g
<b>27</b>	Entrante <b>Ensalada fresca ecológica</b> primero Crema festival de legumbres con tostones integrales segundo Cabeza de lomo asada con salsa de setas con coucous postre Fruta cena Patatas cocidas Pescado blanco /Fruta	KCAL 918,85 PROT 41,07g CA 236,85mg FE 12,23mg HDC 104,75g LIP 54,63g
	Entrante primero segundo postre cena	KCAL PROT CA FE HDC LIP



**Y9 - Y11 - 2<sup>a</sup> OPCIÓN  
FEBRERO 2026**

### FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera  
Fresón y Naranja

### VALORES DIFERENCIADORES



### ALÉGENOS



2	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Macarrones a la carbonara segundo Lomo adobado con judías verdes salteadas postre Fruta cena Calabacín a la plancha Carne de ave /Fruta	KCAL 870,86 PROT 34,9g CA 282,12mg FE 5,78mg HDC 88,70g LIP 57,17g
3	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Puré de patatas con tostones integrales segundo Revuelto de champiñones postre Fruta cena Cous cous con especias Pescado al limón /Fruta	KCAL 628,25 PROT 18,10g CA 194,44mg FE 4,43mg HDC 74,40g LIP 29,14g
4	Entrante Ensalada fresca ecológica primero Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) segundo Croquetas de la abuela con champiñones postre Yogur cena Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta	KCAL 890,11 PROT 32,59g CA 248,02mg FE 6,95mg HDC 93,91g LIP 42,61g
5	Entrante Ensalada fresca ecológica primero Sopa de cocido con verduras ECO segundo Salmón al eneldo con patatas postre Fruta ECO cena Guisantes con cebolla y jamón Pescado azul /Fruta	KCAL 807,63 PROT 42,58g CA 155,66mg FE 8,15mg HDC 89,15g LIP 36,10g
6	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Estofado de garbanzos con acelgas segundo Tortilla de patata con pimientos postre Fruta cena Calabaza y patata al microondas Tortilla de queso /Fruta	KCAL 788,00 PROT 29,39g CA 259,11mg FE 11,00mg HDC 118,63g LIP 22,34g
9	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Lentejas con chorizo (Infantil: Lentejas con verduras) con arroz blanco segundo Suprema de merluza con verduras al horno postre Fruta cena Brócoli al vapor Pescado al limón /Fruta	KCAL 869,03 PROT 37,99g CA 171,57mg FE 8,64mg HDC 112,55g LIP 30,28g
10	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Caracolas a la boloñesa con tomate y queso con queso segundo Ragout de magro postre Fruta cena Cebollota y pimiento rojo plancha Revuelto de verduras /Fruta	KCAL 1056,11 PROT 39,31g CA 345,03mg FE 6,28mg HDC 103,01g LIP 68,35g
11	Entrante Ensalada fresca ecológica primero Sopa de cocido con verduras ECO segundo Chuleta de pavo con zanahoria postre Yogur cena Tosta de verduras gratinadas Pescado al papillote /Fruta	KCAL 850,73 PROT 53,07g CA 309,54mg FE 8,68mg HDC 79,87g LIP 39,47g
12	Entrante Hummus de garbanzos primero Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) segundo Atún teriyaki con verduras postre Fruta ECO cena Ensalada completa Carne blanca magra /Fruta	KCAL 1134,15 PROT 44,14g CA 147,96mg FE 10,30mg HDC 109,68g LIP 58,05g
13	Entrante Ensalada fresca ecológica primero Crema bretona de alubias segundo Tortilla de calabacín postre Fruta cena Mazorca de maíz con sal Pescado azul /Fruta	KCAL 760,52 PROT 30,91g CA 265,32mg FE 10,71mg HDC 106,75g LIP 23,92g
16	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Guisado de magro con verduras y patatas segundo Merluza en salsa con cous cous postre Fruta cena Chips de boniato al horno Pescado blanco /Fruta	KCAL 744,29 PROT 39,52g CA 134,13mg FE 5,84mg HDC 81,13g LIP 30,92g
17	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Crema de verduras de temporada segundo PIZZERO postre Fruta ECO cena Brochetas de verduras Pescado blanco /Fruta	KCAL 882,83 PROT 27,45g CA 257,84mg FE 4,29mg HDC 113,70g LIP 35,96g
18	Entrante Ensalada de lechugas de invierno primero Potaje de garbanzos con espinacas segundo Skipper de bacalao postre Yogur cena Wok de verduras Tortilla de atún y calabacín /Fruta	KCAL 763,57 PROT 26,06g CA 342,65mg FE 7,79mg HDC 100,75g LIP 28,68g
19	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Espirales a la carbonara segundo Hamburguesa a la plancha con brócoli ECO postre Fruta cena Escalivada Carne blanca /Fruta	KCAL 799,10 PROT 38,25g CA 317,78mg FE 4,39mg HDC 65,14g LIP 54,33g
20	Entrante Ensalada fresca ecológica primero Arroz a la cubana (tomate y huevo) segundo Cordon bleu postre Fruta cena Ensalada completa Pizza casera de verduras frescas de temporada	KCAL 845,39 PROT 26,80g CA 142,85mg FE 5,04mg HDC 97,19g LIP 38,91g
23	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Espaguetis a la boloñesa segundo Longanizas al horno con verduras postre Fruta cena Crema de puerros Carne de ave /Fruta	KCAL 879,31 PROT 30,06g CA 149,52mg FE 6,17mg HDC 110,00g LIP 51,97g
24	Entrante Jornada Gastronómica Francesa con ratatouille primero Tartiflette (bacon y queso) segundo Boeuf bourguignon con patatas postre Crepe de chocolate cena Coliflor gratinada Pescado azul /Fruta	KCAL 911,20 PROT 49,23g CA 185,33mg FE 5,24mg HDC 76,22g LIP 69,89g
25	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Lentejas con verduras P/ECO segundo Pechuga de pollo a la plancha con patatas postre Fruta cena Champiñones gratinados Carne roja magra /Fruta	KCAL 825,01 PROT 38,94g CA 145,84mg FE 8,11mg HDC 93,81g LIP 33,51g
26	Entrante Ensalada de verduras de temporada primero Paella valenciana segundo Revuelto de setas postre Fruta ECO cena Zanahoria aliñada con guisantes Revuelto de ajos tiernos /Fruta	KCAL 828,73 PROT 28,16g CA 139,62mg FE 4,81mg HDC 111,45g LIP 30,08g
27	Entrante Ensalada fresca ecológica primero Crema festival de legumbres con tostones integrales segundo Bacalao gratinado (bacalao, queso crema) postre Fruta cena Patatas cocidas Pescado blanco /Fruta	KCAL 844,94 PROT 35,10g CA 286,17mg FE 10,60mg HDC 121,32g LIP 25,11g
	Entrante primero segundo postre cena	KCAL PROT CA FE HDC LIP



BRITISH  
SCHOOL  
OF VALENCIA



## MENÚ CAFETERÍA FEBRERO 2026

## VALORES DIFERENCIADORES



ALÉRGENOS



- |          |               |                           |                      |                           |
|----------|---------------|---------------------------|----------------------|---------------------------|
| <b>2</b> | Plato del día |                           |                      |                           |
|          |               | Macarrones a la carbonara | Lomo asado con pisto | Arroz al horno            |
| <b>3</b> | Plato del dia |                           |                      |                           |
|          |               |                           |                      | Pollo a l'ast con patatas |
| <b>4</b> | Plato del dia |                           |                      |                           |
|          |               |                           |                      | Calamares a la romana     |
| <b>5</b> | Plato del dia |                           |                      |                           |
|          |               |                           |                      |                           |
| <b>6</b> | Plato del dia |                           |                      |                           |
|          |               |                           |                      |                           |

- |           |  |  |  |  |
|-----------|--|--|--|--|
| <b>9</b>  | Plato del día                          |  |  |  |
|           | Solomillo al horno con verduras asadas |  |  |  |
| <b>10</b> | Plato del día                          |  |  |  |
|           | Caracolas a la boloñesa con queso      |  |  |  |
| <b>11</b> | Plato del día                          |  |  |  |
|           | Delicias de pescado con zanahoria      |  |  |  |
| <b>12</b> | Plato del día                          |  |  |  |
|           | Atún teriyaki con verduras             |  |  |  |
| <b>13</b> | Plato del día                          |  |  |  |
|           | Pechugas a la plancha con patatas      |  |  |  |

- |                                |                         |  |                          |                         |
|--------------------------------|-------------------------|--|--------------------------|-------------------------|
| <b>16</b> Plato del día        | <b>17</b> Plato del día | <b>18</b> Plato del día                                  | <b>19</b> Plato del día  | <b>20</b> Plato del día |
| Pavo al curry<br>con cous cous | Pizza artesana          | Alitas de pollo al horno<br>con patatas asadas al ajillo | Espirales a la carbonara | Arroz a la cubana       |

- |                          |                                  |                                  |   |   |
|--------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---|---|
| <b>23</b> Plato del dia  | <b>24</b> Plato del dia          | <b>25</b> Plato del dia          | <b>26</b> Plato del dia                                     | <b>27</b> Plato del dia                           |
| Espaquetis a la boloñesa | JORNADA FRANCESAS<br>Tartiflette | Hamburguesa completa con patatas | Paella valenciana con pollo de campo y alcachofas naturales | Cabeza de lomo asada con salsa de setas y coucous |

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

Disponemos de menús adaptados a la edad de los niños, dietas, alergias, celiacia, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con las directrices de la "Guía de menús de comedores escolares" de la Generalitat Valenciana.

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.