

LA SALLE MAHON

Abril - 2025 MENU MENSUAL LA SALLE MAHON 1-3 AÑOS

FRUITES DE TEMPORADA:

- Banana, Poma
- Pera, Maduixot
- Pinya, Taronja

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1274

VALOR DIFERENCIADOR



AL·LÈRGENS



Avda. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisat per la nutricionista col·legiada Laura Guillem, Núm. CV00275

Disposen de menús adaptats a l'edat dels comensals, raons ètiques, al·lèrgies i altres patologies etc.

L'avaluació nutricional està basada en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la normativa vigent en cada comunitat.

La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre.

<p>1</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 790,55 PROT 1º Arròs de secret, carabassa i bolets 27,01g CA 123,63mg FE 2º Lluç amb salsa 4,02mg HDC 96,61g LIP 33,73g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Broquetes de verdres Peix a la llima /Fruita</p>	<p>2</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 692,28 PROT 1º Potatge de cigrons amb espinacs 28,22g CA 288,94mg FE 2º Truita de creïlla amb formatge fresc 9,81mg HDC 85,27g LIP 26,47g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de carabasseta Carn blanca /Fruita</p>	<p>3</p> <p>E Ensalada fresca de temporada amb fruita 823,36 PROT 1º Sopa de putxero amb verdres 40,09g CA 293,72mg FE 2º Pollastre desossat amb dacsca saltejada 6,62mg HDC 92,05g LIP 39,69g</p> <p>P Lacti</p> <p>S Bajoqueta saltejada Peix al papillote /Fruita</p>	<p>4</p> <p>E Hummus de cigrons 669,34 PROT 1º Pasta als 4 formatges 34,96g CA 372,63mg FE 2º Bacallà amb tomaca 6,25mg HDC 111,00g LIP 23,52g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Wok de verdres Carn d'au /Fruita</p>	
<p>7</p> <p>DIA MUNDIAL DE LA SALUT Ensalada de verdres de temporada 715,71 PROT 1º Llentilles amb verdres de temporada 37,50g CA 207,12mg FE 2º Truita de creïlla amb formatge fresc 9,42mg HDC 83,79g LIP 25,68g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Escalivada Carn magra de porc /Fruita</p>	<p>8</p> <p>E Ensalada fresca de temporada amb fruita 791,14 PROT 1º Sopa de putxero amb verdres 44,90g CA 219,60mg FE 2º Putxero (carn, cigrons, creïlla, carlota) 9,93mg HDC 131,82g LIP 21,19g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Torrada de verdres gratinades Peix blanc /Fruita</p>	<p>9</p> <p>Ensalada fresca ecològica 727,47 PROT 1º Arròs al forn (cigró, costella, creïlla i tomaca) 38,82g CA 319,90mg FE 2º Lluç a la planxa amb carlota ofegada 5,32mg HDC 81,16g LIP 27,66g</p> <p>P Lacti</p> <p>S Graellada de verdres Carn magra de porc /Fruita</p>	<p>10</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 846,57 PROT 1º Crema de pèsols 39,13g CA 128,30mg FE 2º Magre en salsa amb cous cous 6,21mg HDC 92,59g LIP 38,54g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Ceba tendra i pimentó roig plantxa Peix blau /Fruita</p>	<p>11</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 719,59 PROT 1º Ensalada russa amb ou i tonyina 39,95g CA 223,58mg FE 2º Fideua de peix 6,52mg HDC 116,73g LIP 31,02g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Bròquil al vapor Hamburguesa de llentilles /Fruita</p>
<p>14</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 875,03 PROT 1º Macarrons integrals amb tonyina i tomaca 37,82g CA 189,04mg FE 2º Lluç a la planxa amb pèsols 7,10mg HDC 98,93g LIP 37,02g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Amanida completa Carn d'au /Fruita</p>	<p>15</p> <p>E Ensalada fresca de temporada amb fruita 762,36 PROT 1º Fesols amb verdres 37,40g CA 215,12mg FE 2º Estofat de magre de porc amb nyoquis 8,70mg HDC 122,92g LIP 22,34g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Minestra saltejada Peix al papillote /Fruita</p>	<p>16</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 761,04 PROT 1º Paella 29,79g CA 217,72mg FE 2º Abadejo al forn amb verdres 3,43mg HDC 87,17g LIP 32,87g</p> <p>P Gelat</p> <p>S Tosta d'hummus Remenat d'allis tendres /Fruita</p>	<p>17</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>	<p>18</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>
<p>21</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>	<p>22</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>	<p>23</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>	<p>24</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>	<p>25</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>
<p>28</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 793,48 PROT 1º Macarrons integrals amb verdres 27,89g CA 175,13mg FE 2º Rodanxa de lluç enfarinat amb bròquil 6,57mg HDC 110,89g LIP 27,34g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Crema de carlota Carn magra de porc /Fruita</p>	<p>29</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 793,99 PROT 1º Llentilles estofades amb verdres de temporada 32,20g CA 182,64mg FE 2º Truita de creïlla amb samfaina 10,13mg HDC 109,47g LIP 25,68g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Caldo de verdres Broquetes de titot /Fruita</p>	<p>30</p> <p>E Ensalada de verdres de temporada 755,38 PROT 1º Arròs a la cubana (tomaca i ou) 28,51g CA 117,14mg FE 2º Pollastre desossat amb creïlles 4,86mg HDC 88,59g LIP 31,68g</p> <p>P Fruita</p> <p>S Carabasseta a la plantxa Peix blau /Fruita</p>	<p>31</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>	<p>32</p> <p>E Festiu</p> <p>1º Festiu</p> <p>2º Festiu</p> <p>P Festiu</p> <p>S Festiu</p>

LA SALLE MAHON

Abril - 2025 MENU MENSUAL LA SALLE MAHON 1-3 AÑOS

FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana
Pera, Fresón
Piña, Naranja

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1274

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



Avd. 1º de Mayo - 46100 Burjassot (Valencia)
T 963 169 106 - F 963 169 107 - colevisa@colevisa.com

Menú revisado por la nutricionista colegiada Laura Guillem, N° CV00275

Disponemos de menús adaptados a la edad de los comensales, razones éticas, alergias y otras patologías etc. La evaluación nutricional está basada en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo a las directrices de la normativa vigente en cada comunidad.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro.

<p>1</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 790,55 PROT</p> <p>1º Arroz de secreto, calabaza y setas 27,01g CA 123,63mg FE</p> <p>2º Merluza en salsa 4,02mg HDC</p> <p>P Fruta 96,61g LIP 33,73g</p> <p>Brochetas de verduras Pescado al limón /Fruta</p>	<p>2</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 692,28 PROT</p> <p>1º Potaje de garbanzos con espinacas 28,22g CA 288,94mg FE</p> <p>2º Tortilla de patata con queso fresco 9,81mg HDC</p> <p>P Fruta 85,27g LIP 26,47g</p> <p>Crema de calabacín Carne blanca /Fruta</p>	<p>3</p> <p>E Ensalada fresca de temporada con fruta 823,36 PROT</p> <p>1º Sopa de cocido con verduras 40,09g CA 293,72mg FE</p> <p>2º Pollo deshuesado con maíz salteado 6,62mg HDC</p> <p>P Lácteo 92,05g LIP 39,69g</p> <p>Judías verdes salteadas Pescado al papillote /Fruta</p>	<p>4</p> <p>E Hummus de garbanzos 669,34 PROT</p> <p>1º Caracolas a los 4 quesos 34,96g CA 372,63mg FE</p> <p>2º Bacalao con tomate 6,25mg HDC</p> <p>P Fruta 111,00g LIP 23,52g</p> <p>Wok de verduras Carne de ave /Fruta</p>	
<p>7</p> <p>DIA MUNDIAL DE LA SALUD Ensalada de verduras de temporada 715,71 PROT</p> <p>1º Lentejas con verduras de temporada 37,50g CA 207,12mg FE</p> <p>2º Tortilla de patata con queso fresco 9,42mg HDC</p> <p>P Fruta 83,79g LIP 25,68g</p> <p>Escalivada Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p>8</p> <p>E Ensalada fresca de temporada con fruta 791,14 PROT</p> <p>1º Sopa de cocido con verduras 44,90g CA 219,60mg FE</p> <p>2º Cocido completo (carne, garbanzos, patata, zanahoria) 9,93mg HDC</p> <p>P Fruta 131,82g LIP 21,19g</p> <p>Tosta de verduras gratinadas Pescado blanco /Fruta</p>	<p>9</p> <p>Ensalada fresca ecológica Ensalada de verduras de temporada 727,47 PROT</p> <p>1º Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate) 38,82g CA 319,90mg FE</p> <p>2º Merluza a la plancha con zanahoria rehogada 5,32mg HDC</p> <p>P Lácteo 81,16g LIP 27,66g</p> <p>Parrillada de verduras Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p>10</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 846,57 PROT</p> <p>1º Crema de guisantes 39,13g CA 128,30mg FE</p> <p>2º Magro en salsa con cous cous 6,21mg HDC</p> <p>P Fruta 92,59g LIP 38,54g</p> <p>Cebolleta y pimiento rojo plancha Pescado azul /Fruta</p>	<p>11</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 719,59 PROT</p> <p>1º Ensaladilla con huevo y atún 39,95g CA 223,58mg FE</p> <p>2º Fideua de pescado 6,52mg HDC</p> <p>P Fruta 116,73g LIP 31,02g</p> <p>Brócoli al vapor Hamburguesa de lentejas /Fruta</p>
<p>14</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 875,03 PROT</p> <p>1º Macarrones integrales con atún y tomate 37,82g CA 189,04mg FE</p> <p>2º Merluza a la plancha con guisantes 7,10mg HDC</p> <p>P Fruta 98,93g LIP 37,02g</p> <p>Ensalada completa Carne de ave /Fruta</p>	<p>15</p> <p>E Ensalada fresca de temporada con fruta 762,36 PROT</p> <p>1º Alubias blancas con verduras 37,40g CA 215,12mg FE</p> <p>2º Estofado de magro de cerdo con gnocchis 8,70mg HDC</p> <p>P Fruta 122,92g LIP 22,34g</p> <p>Menestra salteada Pescado al papillote /Fruta</p>	<p>16</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 761,04 PROT</p> <p>1º Paella 29,79g CA 217,72mg FE</p> <p>2º Bacalao al horno con verduras 3,43mg HDC</p> <p>P Helado 87,17g LIP 32,87g</p> <p>Tosta de hummus Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p>	<p>17</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>	<p>18</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>
<p>21</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>	<p>22</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>	<p>23</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>	<p>24</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>	<p>25</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>
<p>28</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 793,48 PROT</p> <p>1º Espaguetis integrales con verduras 27,89g CA 175,13mg FE</p> <p>2º Rodaja de merluza enharinada con brócoli 6,57mg HDC</p> <p>P Fruta 110,89g LIP 27,34g</p> <p>Crema de zanahoria Carne magra de cerdo /Fruta</p>	<p>29</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 793,99 PROT</p> <p>1º Lentejas estofadas con verduras de temporada 32,20g CA 182,64mg FE</p> <p>2º Tortilla de patata con pisto 10,13mg HDC</p> <p>P Fruta 109,47g LIP 25,68g</p> <p>Caldo de verduras Brochetas de pavo /Fruta</p>	<p>30</p> <p>E Ensalada de verduras de temporada 755,38 PROT</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo) 28,51g CA 117,14mg FE</p> <p>2º Pollo deshuesado con patatas 4,86mg HDC</p> <p>P Fruta 88,59g LIP 31,68g</p> <p>Calabacín a la plancha Pescado azul /Fruta</p>	<p>31</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>	<p>32</p> <p>E Festivo</p> <p>1º Festivo</p> <p>2º Festivo</p> <p>P Festivo</p>