



Colegio_Aleman
276_Colegio_Aleman

November - 2020 Basal

OBST DER SAISON:

Birnen, Kaki, Banane
Melone, Mandarine, Orange
Äpfel, Pflaume

LADEN SIE UNSERE APP HERUNTER:



IHR CENTER-CODE: 1203

WERT UNTERSCHIED



ALLERGENE



<p>2</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Spargel, Karotte</p> <p>Linsen mit Gemüse</p> <p>Kartoffel-Zucchini-Tortilla mit Serrano-Schinken</p> <p>Obst</p> <p>Sautierte Artischocken Gewürzter Cous Cous</p>	<p>3</p> <p>Blattsalate, Tomate, Zwiebel, Gurke, Rübe, Karotte</p> <p>Vollkornspaghetti mit Gemüse</p> <p>Seehecht baskische Art mit gedünsteten Erbsen</p> <p>hausgemachter Joghurt</p> <p>Gegrillte Zucchini Mageres Schweinefleisch</p>	<p>4</p> <p>Bio frischer Salat</p> <p>Cocido-Suppe (Kalb, Schwein, Geflügel) mit ökologischem Gemüse</p> <p>Brathähnchen aus dem Backofen mit Folienkartoffeln mit Pfeffer</p> <p>Bio-Obst</p> <p>Brokkoli-Käse-Suppe Fisch in Zitrone</p>	<p>5</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Mais, Karotte</p> <p>Kubanischer Reis (Tomate, Ei)</p> <p>Tempura-Sardellen mit Vichy-Karotte</p> <p>Obst</p> <p>Blumenkohl und Kartoffeln gekocht Geflügelfleisch</p>	<p>6</p> <p>Salat, Tomate, Oliven, Gurke, Flusskrebsschwänzchen</p> <p>Bretonische Bohnencreme und getrocknete Aprikosen mit gerösteten Vollkornbrotwürfeln</p> <p>Hackbällchen in Soße mit gewürfelten Pommes</p> <p>Obst</p> <p>Tomaten-Avocado-Salat Spargelomelett</p>
<p>9</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Spargel, Karotte</p> <p>Genuesische Makkaroni</p> <p>Kabeljau auf Vizcaya-Art (Zwiebel, Tomate, Paprika)</p> <p>Obst</p> <p>Gemüsekrepp Ei</p>	<p>10</p> <p>Blattsalate, Tomate, Zwiebel, Gurke, Rübe, Karotte</p> <p>Solferino-Suppe (Tomate, Lauch, Zwiebeln) mit gerösteten Vollkornbrotwürfeln</p> <p>Pizza Art des Hauses</p> <p>Milchprodukt</p> <p>Hummus Toast Seehecht mit Aubergine in Honig</p>	<p>11</p> <p>Bio frischer Salat</p> <p>Kichererbsen mit Kürbis und Karotte Bio-Gericht</p> <p>Kartoffel-Zwiebel-Tortilla mit Tronchon-Käse</p> <p>Bio-Obst</p> <p>Champignons aus dem Ofen weißes Fleisch</p>	<p>12</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Mais, Karotte</p> <p>Fischsuppe mit Muscheln (Fischmarkt Hintergrund)</p> <p>Sahne Hähnchenbrust mit Gnocchi</p> <p>Obst</p> <p>Kürbis-Karotten-Quinoa-Pfanne Fisch en Papillote</p>	<p>13</p> <p>Süßkartoffelchips</p> <p>Kompletter Salat (Salat, Kirschtomate, valencianischer Käse, Ei)</p> <p>Gebackener Reis (Kichererbsen, Rippe, Kartoffel, Tomate, Blutwurst)</p> <p>Obst</p> <p>Meeresfrüchtesuppe Pizza mit Gemüse und Käse</p>
<p>16</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Spargel, Karotte</p> <p>Thunfisch-Cannelloni (italienische Muschel)</p> <p>Seehechtfilet provenzalische Art mit frischen Artischocken</p> <p>Obst</p> <p>Kartottencremesuppe weißes Fleisch</p>	<p>17</p> <p>Blattsalate, Tomate, Spargel, Paprika, Karotte, Thunfisch</p> <p>Julienne Linsen</p> <p>Auberginenomelett mit Frischkäse, Tomatenscheibe und Basilikumöl</p> <p>Valencianischer Naturjoghurt</p> <p>Sautiertes Gemüse Weißer Fisch</p>	<p>18</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Zwiebeln, Mais, Rübe</p> <p>Cremiger Reis mit Pilzen und Seeteufel</p> <p>Calamari in Mehl gewendet mit vegetarischen Rohkost</p> <p>Obst</p> <p>Gemüseintopf Mageres rotes Fleisch</p>	<p>19</p> <p>Bio frischer Salat</p> <p>Minestrone mit frischem Gemüse und Sternchenudeln</p> <p>Hühnchen-Curry-Gulasch mit Kartoffeln</p> <p>Bio-Obst</p> <p>Maiskolben mit Salz Seezunge mit Spargel</p>	<p>20</p> <p>Weltkindertag/ Bio frischer Salat</p> <p>Gemüseolleta aus Alicante (Hülsenfrüchte, Gemüse, Reis)</p> <p>Bockwürste mit frittiertes Tomate</p> <p>Obst</p> <p>Sautierte grüne Bohnen Rührei mit Knoblauch</p>
<p>23</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Spargel, Karotte</p> <p>mit gerösteten Vollkornbrotwürfeln</p> <p>Kartoffeltortilla mit Omas Krokettchen</p> <p>Obst</p> <p>Geschmorte Paprika, Auberginen und Tomaten weißes Fleisch</p>	<p>24</p> <p>Bio frischer Salat</p> <p>Gemüse-Fabada (vegetarisches Gericht)</p> <p>Mediterrane Lende mit Apfelpüree</p> <p>Bio-Obst</p> <p>Speisezwiebel und rote Paprika vom Grill Fisch blau</p>	<p>25</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Zwiebeln, Mais, Rübe</p> <p>Eintopf (Kalb, Schwein, Geflügel, Gemüse) mit Nudeln</p> <p>Brathähnchen aus dem Backofen</p> <p>Obst</p> <p>Spinat mit Rosinen und Pinienkernen Käsetortilla</p>	<p>26</p> <p>Bio frischer Salat</p> <p>Linsen mit Gemüse und Reis (ökologisches Gericht)</p> <p>Lachs-Crunch mit Brokkoli</p> <p>Milchprodukt</p> <p>Mit Erbsen garnierte Karotte weißes Fleisch</p>	<p>27</p> <p>Tomate und Weißkäse</p> <p>Russischer Salat (Thunfisch, Ei, Kartoffel, Erbsen, Karotte, Mayonnaise)</p> <p>Valencianische Paella (Reis, Hähnchen, grüne Bohnen, Garrafón-Bohnen)</p> <p>Obst</p> <p>Gemüsekrepp Weißer Fisch</p>
<p>30</p> <p>Blattsalat, Tomate, Oliven, Mais, Karotte</p> <p>Vollkornspaghetti Italiana (Tomate, Käse)</p> <p>Seeteufel a la marinera</p> <p>Obst</p> <p>Kürbiscremesuppe Geflügelfleisch</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

Wir bieten Gerichte entsprechend des Kindesalters, abgestimmt auf spezielle Ernährungsformen, Allergien, Zöliakie usw. Die Ernährungsbewertung erfolgt anhand der Altersgruppe. Bei der Zubereitung unserer Gerichte befolgen wir die „Speisenrichtlinie für Schulkantinen“ der Generalverwaltung Valencia.

Informationen zu Allergenen erhalten Sie in der Küche oder bei der Zentrumsleitung. Einmal pro Woche gibt es Vollkornbrot.





Colegio_Aleman
276_Colegio_Aleman

Noviembre - 2020 Basal

FRUTAS DE TEMPORADA:

Peras, Caquis, Banana
Melón, Mandarina, Naranja,
Manzanas, Ciruela

DESCARGA
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1203

VALOR DIFERENCIADOR



ALERGENOS



<p>2</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 799,14 FROT 36,66g CA 159,10mg FE 10,39mg HDC 86,17g LIP 34,38g</p> <p>1º Lentejas con verduras</p> <p>2º Tortilla de patata y calabacín con jamón serrano</p> <p>P Fruta</p> <p>S Alcachofas salteadas Cous cous con especias</p>	<p>3</p> <p>E Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria KCAL 794,90 FROT 35,48g CA 340,83mg FE 8,04mg HDC 107,94g LIP 24,59g</p> <p>1º Espaguetis integrales con verduras</p> <p>2º Merluza a la vasca con guisantes rehogados</p> <p>P Yogurt Artesano</p> <p>S Calabacín a la plancha Carne magra de cerdo</p>	<p>4</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 802,94 FROT 51,00g CA 158,69mg FE 8,51mg HDC 97,27g LIP 27,10g</p> <p>1º Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas</p> <p>2º Pollo asado al horno con patatas asadas con pimentón</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Crema de brócoli y queso Pescado al limón</p>	<p>5</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria KCAL 827,01 FROT 29,74g CA 96,58mg FE 4,74mg HDC 112,98g LIP 28,97g</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>2º Boquerones en tempura con zanahoria vichy</p> <p>P Fruta</p> <p>S Hervido de coliflor y patata Carne de ave</p>	<p>6</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, pepino, palitos de cangrejo KCAL 963,74 FROT 31,86g CA 226,22mg FE 8,22mg HDC 107,29g LIP 44,99g</p> <p>1º Crema bretona de alubias y orejones con tostones integrales</p> <p>2º Albóndigas en salsa con champiñón con patatas fritas a dados</p> <p>P Fruta</p> <p>S Ensalada de tomate y aguacate Tortilla de espárragos</p>
<p>9</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 818,39 FROT 28,15g CA 199,17mg FE 5,56mg HDC 105,94g LIP 32,85g</p> <p>1º Macarrones genovesa</p> <p>2º Bacalao a la vizcaína (cebolla, tomate, pimiento)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Crepe de verduras Huevo</p>	<p>10</p> <p>E Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria KCAL 858,55 FROT 33,39g CA 422,68mg FE 4,38mg HDC 114,98g LIP 29,18g</p> <p>1º Crema solferino (tomate, puerro, cebolla) con tostones integrales</p> <p>2º Pizza casera</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Tosta de hummus Merluza con berenjenas a la miel</p>	<p>11</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 885,03 FROT 36,22g CA 497,27mg FE 10,88mg HDC 110,39g LIP 33,36g</p> <p>1º Garbanzos con calabaza y zanahoria Plato ecológico</p> <p>2º Tortilla de patata y cebolla con queso tronchón</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Champiñones gratinados Carne blanca</p>	<p>12</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria KCAL 790,11 FROT 38,70g CA 192,90mg FE 5,06mg HDC 88,96g LIP 38,66g</p> <p>1º Sopa de pescado con mejillones (fondo de lonja)</p> <p>2º Pechuga pollo a la crema con gnocchis</p> <p>P Fruta</p> <p>S Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa Pescado al papillote</p>	<p>13</p> <p>E Chips de boniato KCAL 849,82 FROT 27,62g CA 189,60mg FE 6,51mg HDC 110,04g LIP 33,55g</p> <p>1º Ensalada completa (Lechuga, tomate cherry, queso f.valenciano, huevo)</p> <p>2º Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Sopa de marisco Pizza de verduras y queso</p>
<p>16</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 946,38 FROT 42,25g CA 352,17mg FE 4,84mg HDC 90,58g LIP 47,36g</p> <p>1º Canelones de atún (inf. caracolas italiana)</p> <p>2º Filete de merluza a la provenzal con alcachofas frescas</p> <p>P Fruta</p> <p>S Crema de zanahoria Carne blanca</p>	<p>17</p> <p>E Lechuga, tomate, espárragos, pimiento, zanahoria, atún KCAL 862,99 FROT 40,30g CA 302,33mg FE 9,15mg HDC 87,64g LIP 39,34g</p> <p>1º Lentejas juliana</p> <p>2º Tortilla de berenjena con queso cremoso, rodaja de tomate y aceite albahaca</p> <p>P Yogur natural valenciano</p> <p>S Menestra salteada Pescado blanco</p>	<p>18</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla, maíz, remolacha KCAL 788,90 FROT 29,62g CA 174,91mg FE 5,20mg HDC 120,86g LIP 21,25g</p> <p>1º Arroz meloso con setas y rape</p> <p>2º Calamares enharinados con crudités de verduras</p> <p>P Fruta</p> <p>S Hervido de verduras Carne roja magra</p>	<p>19</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 763,65 FROT 35,73g CA 213,28mg FE 6,71mg HDC 136,17g LIP 25,05g</p> <p>1º Sopa minestrone con verduras frescas y estrellitas</p> <p>2º Goulash de pollo al curry con patatas</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Mazorca de maíz con sal Lenguado con espárragos</p>	<p>20</p> <p>E Día mundial del niño/ Ensalada fresca ecológica KCAL 911,30 FROT 31,89g CA 194,16mg FE 8,74mg HDC 116,06g LIP 35,53g</p> <p>1º Olleta alicantina vegetal (legumbres, verdura, arroz, patata)</p> <p>2º Longanizas con tomate frito</p> <p>P Fruta</p> <p>S Judías verdes salteadas Revuelto de ajos tiernos</p>
<p>23</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria KCAL 777,95 FROT 30,54g CA 441,84mg FE 5,21mg HDC 78,05g LIP 38,46g</p> <p>1º Crema de guisantes con mozzarella con tostones integrales</p> <p>2º Tortilla de patata con croqueta de la abuela</p> <p>P Fruta</p> <p>S Escalivada Carne blanca</p>	<p>24</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 831,82 FROT 32,54g CA 177,59mg FE 9,57mg HDC 102,18g LIP 45,69g</p> <p>1º Fabada vegetal P/ECO</p> <p>2º Lomo mediterráneo con puré de manzana</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Cebolleta y pimiento rojo plancha Pescado azul</p>	<p>25</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, cebolla, maíz, remolacha KCAL 854,78 FROT 56,01g CA 144,60mg FE 7,84mg HDC 81,40g LIP 39,06g</p> <p>1º Sopa cocido con fideos</p> <p>2º Pollo asado al horno con patatas bravas</p> <p>P Fruta</p> <p>S Espinacas con pasas y piñones Tortilla de queso</p>	<p>26</p> <p>E Ensalada fresca ecológica KCAL 862,73 FROT 43,38g CA 342,85mg FE 8,91mg HDC 87,47g LIP 38,24g</p> <p>1º Lentejas con verduras - Plato ecológico</p> <p>2º Crunch de salmón con brócoli</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Zanahoria aliñada con guisantes Carne blanca</p>	<p>27</p> <p>E Tomate y queso fresco KCAL 843,57 FROT 31,50g CA 284,74mg FE 3,52mg HDC 89,49g LIP 39,67g</p> <p>1º Ens. rusa (atún, huevo, patata, guisante, zanahoria, mayonesa)</p> <p>2º Paella valenciana con pollo de campo</p> <p>P Fruta</p> <p>S Crepe de verduras Pescado blanco</p>
<p>30</p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria KCAL 953,36 FROT 32,77g CA 252,88mg FE 7,62mg HDC 131,06g LIP 33,72g</p> <p>1º Espaguetis integrales a la italiana (tomate, queso)</p> <p>2º Rape a la marinera</p> <p>P Fruta</p> <p>S Crema de calabaza Carne de ave</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.

