

## Colegio El Armelar

usuario: armelar  
contraseña: 1\_armelar

Febrer - 2021 SAP

## FRUITES DE TEMPORADA:

Peres, Caquis, Plàtan,  
Mandarina, Poma Royal Gala,  
Poma Starking  
Taronja

DESCARREGA'T  
LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 50

## VALOR DIFERENCIADOR



## AL·LÈRGENS



|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| <p><b>1</b></p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>782,53</p> <p>Crema de carabassa rostida, moniato i verdures de temporada - Plat ecològic</p> <p>25,11g</p> <p>147,37mg</p> <p>Lliomello a la taronja amb arròs integrals</p> <p>5,67mg</p> <p>98,77g</p> <p>44,91g</p> <p>Fruita</p> <p>Albergínia gratinada al forn</p> <p>Peix blanc /Fruita</p> | <p><b>2</b></p> <p>Encisam, tomaca, dacsca, cogombre, remolatxa, poma</p> <p>781,81</p> <p>Fabada vegetal P/ECO</p> <p>46,51g</p> <p>309,39mg</p> <p>Pollastre rostit al forn amb creïlles</p> <p>7,48mg</p> <p>89,57g</p> <p>24,88g</p> <p>Lacti</p> <p>Sopa de verdures</p> <p>Remenat d'espínacs /Fruita</p>   | <p><b>3</b></p> <p>Encisam, tomaca, ceba, cogombre, remolatxa, carlota</p> <p>881,17</p> <p>Tortellini a la carbonara/ Pasta italiana</p> <p>28,10g</p> <p>252,19mg</p> <p>Filet de lluç planxa amb bastonets de carlota i salsa de iogurt</p> <p>3,36mg</p> <p>100,09g</p> <p>42,63g</p> <p>Fruita</p> <p>Bròquil al vapor</p> <p>Carne blanca /Fruita</p>   | <p><b>4</b></p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>789,63</p> <p>Llenties amb verdures - Plat ecològic</p> <p>37,55g</p> <p>412,44mg</p> <p>Truita de creïlla amb formatge</p> <p>9,67mg</p> <p>107,00g</p> <p>24,27g</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Cous cous amb especies</p> <p>Peix a la llima /Fruita</p>                                  | <p><b>5</b></p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>805,86</p> <p>Arròs amb bledes i fesols</p> <p>34,09g</p> <p>182,65mg</p> <p>Crunch de salmó amb salsa de soja i saltat oriental</p> <p>6,43mg</p> <p>115,50g</p> <p>24,15g</p> <p>Suc de taronja natural</p> <p>Minestra saltejada</p> <p>Títot amb xampinyons /Fruita</p>  |
| <p><b>8</b></p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota</p> <p>792,64</p> <p>Espaguetis integrals al pesto</p> <p>30,26g</p> <p>306,56mg</p> <p>Abadejo a la biscaina (ceba, tomaca, pimentó)</p> <p>7,22mg</p> <p>111,88g</p> <p>25,17g</p> <p>Fruita</p> <p>Amanida completa</p> <p>Carn d'au /Fruita</p>   | <p><b>9</b></p> <p>Encisam, tomaca, olives, remolatxa, pinya</p> <p>841,46</p> <p>Crema de pèsols amb oli de menta i mozzarella</p> <p>44,97g</p> <p>561,68mg</p> <p>Rel·lom de porc al forn amb cous cous</p> <p>4,50mg</p> <p>68,35g</p> <p>40,02g</p> <p>Yogurt Artesà</p> <p>Bullit de verdures</p> <p>Llobarro a la sal /Fruita</p>                              | <p><b>10</b></p> <p>Dia mundial dels llegums/ Hummus de cigrons amb nachos</p> <p>805,61</p> <p>Olleta alacantina vegetal ( fesols, llenties, carlotes, porros)</p> <p>39,73g</p> <p>245,74mg</p> <p>Truita francesa amb ensalada de verdures fresques</p> <p>13,29mg</p> <p>110,69g</p> <p>25,94g</p> <p>Fruita</p> <p>Saltat de carabasseta, carlota i quinoa</p> <p>Pit de pollastre amb tomata ratllada /Fruita</p> | <p><b>11</b></p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>816,63</p> <p>Sopa de bullit (vedella, porc, ocell) amb verdures ecològiques</p> <p>45,66g</p> <p>176,00mg</p> <p>Pollastre amb all amb creïlles a la lionesa</p> <p>8,67mg</p> <p>92,14g</p> <p>34,35g</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Panolla amb sal</p> <p>Peix al papillote /Fruita</p> | <p><b>12</b></p> <p>Encisam, dacsca, cogombre, pimentó, rave, formatge</p> <p>1015,45</p> <p>Calamars orly (arrebossat casolà) amb salsa tàrtara</p> <p>41,29g</p> <p>267,72mg</p> <p>Arròs al forn (cigró, costella, creïlla, tomaca, botifarra)</p> <p>7,88mg</p> <p>92,87g</p> <p>53,59g</p> <p>Suc de taronja natural</p> <p>Crema de xampinyó</p> <p>Remenat d'alls tendres /Fruita</p> |
| <p><b>15</b></p> <p>Encisam, tomaca, olives, espàrrecs, carlota</p> <p>784,64</p> <p>Bullit valencià/Puré de verdures (inf)</p> <p>19,61g</p> <p>257,82mg</p> <p>Hamburguesa completa amb xips moniato roig ecològic</p> <p>5,52mg</p> <p>119,46g</p> <p>25,29g</p> <p>Fruita</p> <p>Bajoqueta saltejada</p> <p>Gall amb graellada de verdures /Fruita</p>                | <p><b>16</b></p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>779,01</p> <p>Arròs a la cubana (tomaca i ou)</p> <p>34,23g</p> <p>315,66mg</p> <p>Lluç a la gallega</p> <p>4,28mg</p> <p>93,31g</p> <p>29,11g</p> <p>Iogurt natural valencià</p> <p>Sopa de verdures</p> <p>Carn roja magra /Fruita</p>  | <p><b>17</b></p> <p>Amanida amb fruita</p> <p>823,37</p> <p>Entrepà farcit de samfaina natural amb pinyons</p> <p>24,14g</p> <p>245,42mg</p> <p>Potaje de cigrons amb verdures</p> <p>8,58mg</p> <p>133,21g</p> <p>22,93g</p> <p>Fruita</p> <p>Broquetes de verdures</p> <p>Ous al plat /Fruita</p>   | <p><b>18</b></p> <p>JORNADA MEDIEVAL Ensalada de col</p> <p>911,38</p> <p>Sopa medieval d'hivern</p> <p>61,14g</p> <p>179,33mg</p> <p>*Mig *raus de pollastre</p> <p>10,43mg</p> <p>106,48g</p> <p>37,63g</p> <p>Coca medieval</p> <p>Tomaca farcida</p> <p>Rèmol amb bebrotos /Fruita</p>  | <p><b>19</b></p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>766,01</p> <p>Guisat de rap, sépia, creïlla, carlota i carxofa (fons de llotja)</p> <p>34,11g</p> <p>247,71mg</p> <p>Truita paisana amb xampinyó</p> <p>8,11mg</p> <p>109,35g</p> <p>22,43g</p> <p>Suc de taronja natural</p> <p>Faves saltejades amb alls tendres</p> <p>Carne blanca /Fruita</p>                                       |
| <p><b>22</b></p> <p>Encisam, tomaca, olives, dacsca, carlota</p> <p>835,04</p> <p>Macarrons integrals bolonyesa</p> <p>36,82g</p> <p>270,21mg</p> <p>Escòrpora en salsa de bolets amb bròcoli gratinat</p> <p>7,28mg</p> <p>116,71g</p> <p>41,27g</p> <p>Fruita</p> <p>Tosta d'hummus</p> <p>Wok de verdures i pollastre /Fruita</p>                                      | <p><b>23</b></p> <p>Encisam, tomaca, dacsca, cogombre, remolatxa, poma</p> <p>907,19</p> <p>Fesols pintes amb carabassa i arròs</p> <p>55,97g</p> <p>397,89mg</p> <p>Escalopa de polit (empanat casolà) amb tomaca</p> <p>10,22mg</p> <p>102,77g</p> <p>28,92g</p> <p>Lacti</p> <p>Espinacs saltejats amb panses i pinyons</p> <p>Llenguado amb espàrrecs /Fruita</p> | <p><b>24</b></p> <p>Amanida fresca ecològica</p> <p>785,06</p> <p>Crema de porros P/ECO amb tostons integrals</p> <p>22,23g</p> <p>116,36mg</p> <p>Costelles amb creïlles rostides al pebre roig (*inf. Llom mediterrani)</p> <p>4,80mg</p> <p>88,28g</p> <p>38,80g</p> <p>Fruita ecològica</p> <p>Escalivada</p> <p>Truita de ceba /Fruita</p>   | <p><b>25</b></p> <p>Falafel</p> <p>796,56</p> <p>Ensalada de temporada (raves, tomaca cherry i formatge)</p> <p>25,96g</p> <p>206,96mg</p> <p>Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals)</p> <p>6,08mg</p> <p>103,18g</p> <p>31,88g</p> <p>Fruita</p> <p>Sopa de quinoa</p> <p>Peix a la llima /Fruita</p>                        | <p><b>26</b></p> <p>Dia mundial del pistaxo Hummus de pistaxo amb pics</p> <p>900,00</p> <p>Llenties amb verdures i orellanes - Plat ecològic</p> <p>38,94g</p> <p>241,02mg</p> <p>Truita de creïlla i carlota amb ensalada de verdures fresques</p> <p>2,25mg</p> <p>112,69g</p> <p>33,18g</p> <p>Suc de taronja natural</p> <p>Carlota adobada amb pèsols</p> <p>Carne blanca /Fruita</p>  |
| <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>   |

## Colegio El Armelar

usuario: armelar  
contraseña: 1\_armelar

Febrero - 2021 SAP

## FRUTAS DE TEMPORADA:

Peras, Caquis, Plátano,  
Mandarina, Manzana Royal Gala,  
Manzana Starking, Naranja

DESCARGA  
NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 50

## VALOR DIFERENCIADOR



## ALERGENOS



|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| <p><b>1</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria</p> <p>1º Crema de calabaza asada, boniato y verduras de temporada - Plato ecológico</p> <p>2º Lomo a la naranja con arroz integral</p> <p>P Fruta</p> <p>S Berenjena gratinada al horno<br/>Pescado blanco /Fruta</p> | <p><b>2</b></p> <p>E Lechuga, tomate, maíz, pepino, remolacha, manzana</p> <p>1º Fabada vegetal P/ECO</p> <p>2º Pollo asado al horno con patatas</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Sopa de verduras<br/>Revuelto de espinacas /Fruta</p>   | <p><b>3</b></p> <p>E Lechuga, tomate, cebolla, pepino, remolacha, zanahoria</p> <p>1º Tortellini a la carbonara/ Caracolas italiana</p> <p>2º Filete de merluza plancha con bastoncitos de zanahoria y salsa de yogur</p> <p>P Fruta</p> <p>S Brócoli al vapor<br/>Carne blanca /Fruta</p>  | <p><b>4</b></p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Lentejas con verduras - Plato ecológico</p> <p>2º Tortilla de patata con queso tronchón</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Cous cous con especias<br/>Pescado al limón /Fruta</p>                               | <p><b>5</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria</p> <p>1º Arroz con acelgas y alubias</p> <p>2º Crunch de salmón con salsa de soja y salteado oriental</p> <p>P Zumo de naranja natural</p> <p>S Menestra salteada<br/>Pavo con champiñones /Fruta</p>  |
| <p><b>8</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>1º Espaguetis integrales al pesto</p> <p>2º Bacalao a la vizcaína (cebolla, tomate, pimiento)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Ensalada completa<br/>Carne de ave /Fruta</p>   | <p><b>9</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, remolacha, piña</p> <p>1º Crema de guisantes con aceite de menta y mozzarella</p> <p>2º Solomillo de cerdo al horno con cous cous</p> <p>P Yogurt Artesano</p> <p>S Hervido de verduras<br/>Lubina a la sal /Fruta</p>     | <p><b>10</b></p> <p>E Día mundial de las legumbres/ Hummus de garbanzos con nachos</p> <p>1º Olleta alicantina (alubias, lentejas, zanahoria, puerro)</p> <p>2º Tortilla francesa con ensalada de verduras frescas</p> <p>P Fruta</p> <p>S Salteado de calabacín, zanahoria y quinoa<br/>Pechuga de pollo con tomate rallado /Fruta</p> | <p><b>11</b></p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas</p> <p>2º Pollo al ajillo con patatas a la lionesa</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Mazorca de maíz con sal<br/>Pescado al papillote /Fruta</p> | <p><b>12</b></p> <p>E Lechuga, maíz, pepino, pimiento, rábano, queso</p> <p>1º Calamares orly (rebozado casero) con salsa tártara</p> <p>2º Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata, tomate, morcilla)</p> <p>P Zumo de naranja natural</p> <p>S Crema de champiñón<br/>Revuelto de ajos tiernos /Fruta</p>           |
| <p><b>15</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos, zanahoria</p> <p>1º Hervido valenciano/Puré de verduras (inf)</p> <p>2º Hamburguesa completa con chips boniato rojo ecológico</p> <p>P Fruta</p> <p>S Judías verdes salteadas<br/>Gallo con parrillada de verduras /Fruta</p>   | <p><b>16</b></p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Arroz a la cubana (tomate y huevo)</p> <p>2º Merluza a la gallega</p> <p>P Yogur natural valenciano</p> <p>S Sopa de verduras<br/>Carne roja magra /Fruta</p>   | <p><b>17</b></p> <p>E Ensalada con fruta</p> <p>1º Pepito relleno de pisto natural con piñones</p> <p>2º Potaje de garbanzos con verduras</p> <p>P Fruta</p> <p>S Brochetas de verduras<br/>Huevos al plato /Fruta</p>  | <p><b>18</b></p> <p>E JORNADA MEDIEVAL Ensalada de col</p> <p>1º Sopa medieval de invierno</p> <p>2º Mig raus de pollo</p> <p>P Coca medieval</p> <p>S Tomate relleno<br/>Rodaballo con pimientos /Fruta</p>  | <p><b>19</b></p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Guisado de rape, sepia, patata, zanahoria y alcachofa (fondo de lonja)</p> <p>2º Tortilla paisana con champiñón</p> <p>P Zumo de naranja natural</p> <p>S Habas rehogadas con ajos tiernos<br/>Carne blanca /Fruta</p>   |
| <p><b>22</b></p> <p>E Lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria</p> <p>1º Macarrones integrales boloñesa</p> <p>2º Gallineta en salsa de setas con brócoli gratinado</p> <p>P Fruta</p> <p>S Tosta de hummus<br/>Wok de verduras y pollo /Fruta</p>   | <p><b>23</b></p> <p>E Lechuga, tomate, maíz, pepino, remolacha, manzana</p> <p>1º Alubias pintas con calabaza y arroz</p> <p>2º Escalope de pavo (empanado casero) con tomate</p> <p>P Lácteo</p> <p>S Espinacas con pasas y piñones<br/>Lenguado con espárragos /Fruta</p> | <p><b>24</b></p> <p>E Ensalada fresca ecológica</p> <p>1º Crema de puerros P/ECO con tostones integrales</p> <p>2º Costillas con patatas asadas al pimentón (inf. Lomo mediterráneo)</p> <p>P Fruta ecológica</p> <p>S Escalivada<br/>Tortilla de cebolla /Fruta</p>  | <p><b>25</b></p> <p>E Falafel</p> <p>1º Ensalada de temporada (rábanos, tomate cherry y queso)</p> <p>2º Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)</p> <p>P Fruta</p> <p>S Sopa de quinoa<br/>Pescado al limón /Fruta</p>                                | <p><b>26</b></p> <p>E Día mundial del pistacho Hummus de pistacho con picos</p> <p>1º Lentejas con verduras y orejones - Plato ecológico</p> <p>2º Tortilla de patata y zanahoria con ensalada de verduras frescas</p> <p>P Zumo de naranja natural</p> <p>S Zanahoria aliñada con guisantes<br/>Carne blanca /Fruta</p> |
| <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</p>  | <p>E</p> <p>1º</p> <p>2º</p> <p>P</p> <p>S</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.

