

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

Frutas de temporada:
Fresón, Sandía, Melón, Melocotón, Pera blanquilla, Pera conference
Kiwi, Piña, Plátano, Manzana Golden

Consulta este menú des de la nostra web.

usuario: cervantes_valencia
contraseña: 112_cervantes_valencia

LUNES / DILLUNS / MONDAY

MARTES / DIMARTS / TUESDAY

MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY

JUEVES / DIJOUS / THURSDAY

VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY

1

Festivo
Festiu
Festive

KCal: 0,00 Prot(g): 0,00 Ca(mg): 0,00 Fe(mg): 0,00 Vit A(mcg): 0,00 B12(mcg): 0,00 HdC(g): 0,00 Lip(g): 0,00
Sopar:

2

Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de espinaca, tomate, maíz y remolacha
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla d'espinaç, tomaca, dacsà i remolatxa
Organic salad of romaine lettuce, spinach leaf, tomato, corn and beet

Macarrones integrales con atún
Macarrons integrals amb tonyina
Whole macaroni with tuna

Tortilla de patata, calabacín y zanahoria con queso fresco
Truita de creïlla, carabasseta i carlota amb formatge fresc
Potato, zucchini and carrot omelette with fresh cheese

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 804,88 Prot(g): 35,32 Ca(mg): 339,17 Fe(mg): 8,07 Vit A(mcg): 2,89 B12(mcg): 2,30 HdC(g): 97,34 Lip(g): 30,66
Sopar:
Crema de calabaza/Pescado al limón
Crema de carabassa/Peix a la llima
Pumpkin cream/Grilled fish with lemon

3

Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, zanahoria y calabaza
Amanida ecológica d'encisam romà, lollo rosso, tomaca, carlota i carabassa
Organic salad of romaine lettuce, lollo rosso, tomato, carrot and pumpkin

Lentejas con verduras (zanahoria y puerro) - Plato ecológico con arroz integral
Lentilles amb verdures (carlota i porro) - Plat ecològic amb arròs integral

Lentils with vegetables (carrot and leek) - Ecological dish

Filete de merluza a la provenzal con guisantes rehogados
Filet de lluç gratinat provençal amb pèsols ofegats
Gratined hake provençal and sauteed peas

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 796,30 Prot(g): 38,94 Ca(mg): 244,12 Fe(mg): 8,78 Vit A(mcg): 2,18 B12(mcg): 0,70 HdC(g): 124,23 Lip(g): 16,53
Sopar:
Brocoli con patatas/Carne roja magra
Bròcoli amb creïlles/Carn roja magra
Broccoli with potatoes/Lean red meat

6

Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, zanahoria y pasas
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla de roure, tomaca, carlota i passes
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, tomato, carrot and raisins

Caracolas a la italiana (verduras frescas, tomate y queso)
Caragols a la italiana (verdures fresques, tomaca i formatge)
Italian snails (fresh vegetables, tomato and cheese)

Bacalao (lactonesa) con brócoli
Bacallà (lactonesa) amb bròcoli
Cod (lactonesa) with broccoli

Yogurt Artesano/Yogurt Artesà/Craft Yogurt

KCal: 788,19 Prot(g): 42,23 Ca(mg): 1047,31 Fe(mg): 22,78 Vit A(mcg): 2,11 B12(mcg): 3,95 HdC(g): 133,61 Lip(g): 26,25
Sopar:
Berenjena rebozada/Carne blanca magra
Albergínies arrebossades/Carn blanca magra
Breaded eggplant/Lean white meat

7

Ensalada ecológica de lechuga romana, escarola, tomate, zanahoria y kiwi
Amanida ecológica d'encisam romà, escarola, tomaca, carlota i kiwi
Organic salad of romaine lettuce, endive, tomato, carrot and kiwi

Alubias blancas ecológicas guisadas a la vinagreta, cebolla dulce y tomate
Fesols blancs ecològics guisades a la vinagreta, ceba dolça i tomaca
Organic white beans cooked with vinaigrette, sweet onion and tomato

Tortilla de patata y cebolla con croqueta de la abuela
Truita de creïlla i ceba amb croqueta de la iaia
Potato and onion omelette with grandma croquette

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 913,46 Prot(g): 30,62 Ca(mg): 231,96 Fe(mg): 9,44 Vit A(mcg): 2,49 B12(mcg): 0,97 HdC(g): 123,68 Lip(g): 33,04
Sopar:
Champiñones gratinados/Hamburguesa de garbanzos
Xampinyons gratinats/Hamburguesa de cigrons
Mushroom gratin/Chickpea burger

8

Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de espinaca, tomate, maíz y remolacha
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla d'espinaç, tomaca, dacsà i remolatxa
Organic salad of romaine lettuce, spinach leaf, tomato, corn and beet

Sopa de estrellitas
Sopa d'estreletes
Pasta Soup

Pechuga de pavo a la plancha con pisto (pimiento, tomate, cebolla)
Pit de titot a la planxa amb samfaina (pimentó, tomaca, ceba)
Grilled turkey breast with ratatouille (pepper, tomato, onion)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 816,48 Prot(g): 48,39 Ca(mg): 127,44 Fe(mg): 6,85 Vit A(mcg): 1,60 B12(mcg): 1,98 HdC(g): 83,82 Lip(g): 42,72
Sopar:
Judías verdes salteadas/Pescado al papillote
Bajoqueta saltejada /Peix al papillote
Sautéed green beans/Steamed fish

9

Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, zanahoria y calabaza
Amanida ecológica d'encisam romà, lollo rosso, tomaca, carlota i carabassa
Organic salad of romaine lettuce, lollo rosso, tomato, carrot and pumpkin

Arroz a banda (sepia, gambas, calamar)
Arròs a banda (sèpia, gambes, calamar)
Fish rice (cuttlefish, prawns, squid)

Calamars enharinados con salsa tártara casera
Calamars enfarinats amb salsa tàrtara artesà
Floured calamari with tartar sauce homemade

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 806,89 Prot(g): 31,32 Ca(mg): 187,45 Fe(mg): 5,40 Vit A(mcg): 1,53 B12(mcg): 0,62 HdC(g): 99,82 Lip(g): 31,80
Sopar:
Crema de calabacín/Albóndigas de pollo
Crema de carabasseta/Mandonguilles de pollastre
Zucchini cream/Chicken meatballs

10

Vasito de crema fría de melón
Got de crema freda de meló
Cup of cold melon cream

Ensalada de garbanzos con verduras (Plato ecológico) con quinoa
Amanida de cigrons amb verdures (Plat ecològic) amb quinoa
Chickpea salad with vegetables (Ecological dish) with quinoa

Carrillera al horno con champiñones y patatas
Galtes de porc al forn amb xampinyons ofegats i creïlle:
Baked cheeks with braised mushrooms and potatoes

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 889,00 Prot(g): 39,03 Ca(mg): 205,58 Fe(mg): 9,02 Vit A(mcg): 0,72 B12(mcg): 3,06 HdC(g): 113,34 Lip(g): 31,36
Sopar:
Espinacs saltejats con pasas y piñones/Pescado azul
Espinacs saltejats amb panses i pinyons/Peix blau
Spinach with raisins and pine nuts/Bluefish

Descarrega't la nostra APP

El teu codi de centre és: 44



13
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, passes y calabaza
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla de roure, tomaca, passes i carabassa
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, tomato, raisins and pumpkin

Lentejas con verduras (puerro, zanahoria y espinacas) - Plato ecológico
Llentilles amb verdures (porro, carlota i espinacs) - Plat ecològic
Lentils with vegetables (leek, carrot and spinach) - Ecological dish

Revuelto de huevo ecológico con patatas y jamón
Regirat d'ou ecològic amb creïlles i pernil
Organic egg scrambled eggs with potatoes and ham

Yogur natural valenciano/Togurt natural valencià/Valencian natural yogurt

KCal: 805,68 Prot(g): 39,72 Ca(mg): 318,13 Fe(mg): 9,84 V itA(mcg): 1,32 B12(mcg): 1,96 HdC(g): 96,04 Líp(g): 29,54

Sopar:
Crema de remolacha/Carne magra de cerdo
Crema de remolatxa/Carn magra de porc
Beetroot cream/Lean pork

14
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de espinaca, tomate, rábanos y kiwi
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla d'espinac, tomaca, raves i kiwi
Organic salad of romaine lettuce, spinach leaf, tomato, radishes and kiwi

Espaguetis integrales con verduras y setas
Espaguetis integrals amb verdures i bolets
Whole-grain spaghetti with vegetables and mushrooms

Mero a la plancha con pimientos asados
Nero a la planxa amb pimentó torrat
Grilled grouper amb roasted pepper

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 763,80 Prot(g): 28,72 Ca(mg): 178,17 Fe(mg): 7,79 V itA(mcg): 1,27 B12(mcg): 0,00 HdC(g): 103,87 Líp(g): 26,80

Sopar:
Brócoli al vapor/Carne de ave
Bròquil al vapor/Carn d'au
Steamed broccoli/Poultry

15
Chips de yuca
Xips de iuca
Cassava chips

Ensalada primavera (patata, vegetales, maíz, aceitunas)
Amanida primavera (creïlla, vegetals, dacsà, olives)
Spring salad (potato, vegetables, corn, olives)

Goulash de ternera con cous cous
Goulash de vedella amb cous cous
Veal goulash with cous cous

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 763,35 Prot(g): 26,89 Ca(mg): 91,98 Fe(mg): 5,70 V itA(mcg): 0,32 B12(mcg): 1,34 HdC(g): 94,52 Líp(g): 30,57

Sopar:
Cebolla tendra i pimentó roig planxa/Croquetes caseres de pescado
Ceba tendra i pimentó roig planxa/Croquetes casolanes de peix
Grilled onion tender and red pepper/Fish croquettes

16
Tosta de hummus de garrofón valenciano
Tosta de hummus de garrofó valencià
Chickpea hummus toast

Arroz a la cubana (tomate, huevo)
Arròs a la cubana (tomaca, ou)
Cuban rice (tomato, egg)

Boquerones frescos a la andaluza (harina) con ensalada de verduras frescas
Aladros frescs a l'andalusa (farina) amb ensalada de verdures fresques
Anchovies to the Andalusian (flour) with fresh vegetable salad

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 802,75 Prot(g): 35,20 Ca(mg): 110,22 Fe(mg): 5,71 V itA(mcg): 0,88 B12(mcg): 20,30 HdC(g): 117,05 Líp(g): 21,63

Sopar:
Habas rehogadas con ajos tiernos/Carne blanca magra
Faves saltejades amb alls tendres/Carn blanca magra
Broad beans sautéed with tender garlic/Lean white meat

17
Tomate ecológico y queso servilleta valenciano
Tomaca ecològica i formatge valencià
Organic tomato and cheese napkin Valencia

Crema mediterránea de legumbres y verduras (Plato ecológico)
Crema mediterrània de llegums i verdures (Plat ecològic)
Mediterranean cream of legumes and vegetables (Ecological dish)

Pollo asado al horno con patatas asadas con pimentón
Pollastre rostit al forn amb creïlles rostides amb pebre roig
Oven roasted chicken with roasted potatoes with paprika

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 814,99 Prot(g): 50,22 Ca(mg): 322,84 Fe(mg): 7,74 V itA(mcg): 1,64 B12(mcg): 13,73 HdC(g): 91,13 Líp(g): 26,81

Sopar:
Quiche de verduras/Pescado blanco
Quiche de verdures/Peix blanc
Vegetable quiche/Whitefish

20
Falafel
Falafel
Falafel

Ensalada de espirales vegetales, pimiento, zanahoria, maíz, atún, aceituna, aliño
Ensalada d'espirals vegetals, pimentó, carlota, dacsà, tonyina, oliva, amaniment
Salad of vegetable spirals, pepper, carrot, corn, tuna, olive, seasoning

Tortilla de espinacas con queso tronchón
Truita d'espinacs amb formatge
Spinach omelette with cheese

Lácteo/Lacti/Dairy

KCal: 810,53 Prot(g): 49,13 Ca(mg): 571,08 Fe(mg): 8,80 V itA(mcg): 2,15 B12(mcg): 3,43 HdC(g): 116,32 Líp(g): 34,58

Sopar:
Tomate relleno/Mini brochetas de pollo con verduras
Tomaca farcida/Mini broquetes de pollastre amb verdures
Stuffed tomato/Mini chicken skewers with vegetables

21
Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, zanahoria y pipas de calabaza
Amanida ecológica d'encisam romà, lollo rosso, tomaca, carlota i pipes de carabassa
Organic salad of romaine lettuce, lollo rosso, tomato, carrot and pumpkin seeds

Arroz tres delicias (guisante, gamba, huevo, maíz, jamón york, zanahoria)
Arròs tres delícies (pésol, gamba, ou, dacsà, pernil york, carlota)
Fried rice (peas, shrimp, egg, corn, ham, carrot)

Crunch de salmón con salsa de soja y salteado oriental
Crunch de salmó amb salsa de soja i saltat oriental
Salmon crunch with soy sauce and sauteed oriental

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 850,85 Prot(g): 34,77 Ca(mg): 106,23 Fe(mg): 5,31 V itA(mcg): 2,11 B12(mcg): 4,97 HdC(g): 118,19 Líp(g): 27,50

Sopar:
Acelgas salteadas/Carne blanca magra
Bledes saltejades/Carn blanca magra
Sautéed chard/Lean white meat

22
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, pimiento y kiwi
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla de roure, tomaca, pimentó i kiwi
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, tomato, pepper and kiwi

Sopa de cocido (ternera, cerdo, ave) con verduras ecológicas
Sopa de bullit (vedella, porc, ocell) amb verdures ecològiques
Cooked soup (veal, pork, bird) with organic vegetables

Contramuslo a la italiana y patatas panadera
Cuixa a la italiana i creïlles fornera
Italian thigh and baked potatoes

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 867,52 Prot(g): 47,27 Ca(mg): 296,99 Fe(mg): 9,08 V itA(mcg): 1,59 B12(mcg): 3,13 HdC(g): 101,73 Líp(g): 34,65

Sopar:
Verduras salteadas con pasta/Pescado al limón
Verdures saltejades amb pasta/Peix a la llima
Sautéed vegetables with pasta/Grilled fish with lemon

23
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de espinaca, tomate, zanahoria y pepino
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla d'espinac, tomaca, carlota i cogombre
Organic salad of romaine lettuce, spinach leaf, tomato, carrot and cucumber

Garbanzos con espinacas y calabaza (Plato ecológico)
Cigrons amb espinacs i carabassa (Plat ecològic)
Chickpeas with spinach and pumpkin (Ecological dish)

Panini vegetal gratinado (tomate, champiñón, calabacín, cebolla, r.aceituna y queso)
Panini vegetal gratinat (tomaca, xampinyó, carabasseta, ceba, r.oliva i formatge)
Vegetable panini au gratin (tomato, mushroom, zucchini, onion, olive and cheese)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 832,45 Prot(g): 34,93 Ca(mg): 502,93 Fe(mg): 10,86 V itA(mcg): 3,35 B12(mcg): 0,43 HdC(g): 130,75 Líp(g): 20,50

Sopar:
Calabacín a la plancha/Huevo
Carabasseta a la planxa/Ou
Grilled zucchini/Egg

24
Ensalada ecológica de lechuga romana, escarola, tomate, maíz, calabaza y pepino
Amanida ecológica d'encisam romà, escarola, tomaca, dacsà, carabassa i cogom
Organic salad of romaine lettuce, escarole, tomato, corn, pumpkin and cucumber

Patatas a la riojana (pimiento, cebolla, chorizo)
Creïlles a la riojana (pimentó, ceba, xoriço)
Rioja style potatoes (pepper, onion, sausage)

Lomo mediterráneo con mazorca de maíz
Llom mediterrani amb panotxa de dacsà
Mediterranean loin with corn cob

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 833,74 Prot(g): 30,30 Ca(mg): 118,26 Fe(mg): 6,41 V itA(mcg): 0,78 B12(mcg): 2,18 HdC(g): 81,36 Líp(g): 55,78

Sopar:
Menestra salteada/Pescado al papillote
Minestra saltejada/Peix al papillote
Sautéed mixed vegetable soup/Steamed fish

27
Salmorejo
Salmorejo
Salmorejo

Ensalada alemana
Amanida alemanya
German salad

Fideuà de secreto y setas
Fideuà de secret i bolets
Fideua of meat and mushrooms

Yogurt Artesano/Yogurt Artesà/Craft Yogurt

KCal: 852,36 Prot(g): 40,94 Ca(mg): 272,73 Fe(mg): 5,99 V itA(mcg): 0,63 B12(mcg): 2,29 HdC(g): 119,55 Líp(g): 41,29

Sopar:
Sopa de arroz y verduras/Carne de ave
Sopa d'arròs i verdures/Carn d'au
Rice soup and vegetables/Poultry

28
Ensalada ecológica de lechuga romana, hoja de roble, tomate, zanahoria y pipas de calabaza
Amanida ecológica d'encisam romà, fulla de roure, tomaca, carlota i pumpkin seeds
Organic salad of romaine lettuce, oak leaf, tomato, carrot and pumpkin seeds

Lentejas con verduras (puerro, zanahoria y espinacas) - Plato ecológico
Llentilles amb verdures (porro, carlota i espinacs) - Plat ecològic
Lentils with vegetables (leek, carrot and spinach) - Ecological dish

Tortilla de patata y cebolla con jamón serrano
Truita de creïlla i ceba amb pernil
Potato and onion omelette with ham

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 901,47 Prot(g): 39,17 Ca(mg): 183,79 Fe(mg): 10,90 V itA(mcg): 2,20 B12(mcg): 1,72 HdC(g): 106,48 Líp(g): 36,27

Sopar:
Berenjena rebozada/Sandwich vegetal con queso
Alberginies arrebossades/Sandwix vegetal amb formatge
Breaded eggplant/Sandwich with vegetable and cheese

29
Ensalada ecológica de lechuga romana, escarola, tomate, zanahoria y kiwi
Amanida ecológica d'encisam romà, escarola, tomaca, carlota i kiwi
Organic salad of romaine lettuce, endive, tomato, carrot and kiwi

Crema de guisantes con aceite de menta y mozzarella
Crema de pésols amb oli de menta i mozzarella
Pea cream with mint oil and mozzarella

Solomillo de cerdo al horno con arroz pilaf
Relloom de porc al forn amb arròs pilaf
Grilled sirloin with pilau rice

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 935,12 Prot(g): 37,00 Ca(mg): 272,89 Fe(mg): 5,57 V itA(mcg): 2,39 B12(mcg): 3,00 HdC(g): 91,35 Líp(g): 41,26

Sopar:
Calabaza y patata al microondas/Pescado blanco
Carabassa i creïlla al microones/Peix blanc
Pumpkin and potato in the microwave made/Whitefish

30
Ensalada ecológica de lechuga romana, escarola, tomate, maíz, pimiento y pepino
Amanida ecológica d'encisam romà, escarola, tomaca, dacsà, pimentó i cogombre
Organic salad of romaine lettuce, endive, tomato, corn, pepper and cucumber

Canelones de espinacas
Canelons d'espinacs
Spinach cannelloni

Lubina fresca a la espalda con calabacín ecológico a la plancha
Llobarro fresc a l'esquena amb carabasseta ecològica a la planxa
Fresh sea bass on the back with grilled organic zucchini

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 907,25 Prot(g): 49,88 Ca(mg): 392,10 Fe(mg): 3,86 V itA(mcg): 1,60 B12(mcg): 0,15 HdC(g): 71,52 Líp(g): 46,88

Sopar:
Hervido de acelgas/Tortilla de cardos y jamón serrano
Bullit de bledes/Truita de cards i pernil
Swiss chard stew/Thistles omelette and serrano ham

31
Gazpacho andaluz ecológico
Gaspaxo andalús ecològic
Organic Andalusian gazpacho

Panaché de fiambres
Entremesos variats
Variety of cold meats

Paella valenciana con pollo de campo
Paella valenciana amb pollastre de camp
Valencian Paella with field chicken

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 964,48 Prot(g): 38,17 Ca(mg): 174,57 Fe(mg): 4,97 V itA(mcg): 0,41 B12(mcg): 2,80 HdC(g): 106,11 Líp(g): 43,51

Sopar:
Pasta con verduras variadas/Pescado azul
Pasta amb verdures variades/Peix blau
Pasta with mixed vegetables/Bluefish

Con nosotros como en casa...



Amb nosaltres com a casa...



With us feels like home...