

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:
Cerezas, Nectarina, Melocotón, Sandía, Melón, Piña, Kiwi, Plátano
Pera blanquilla, Pera Conference, Manzana Golden, Naranja

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

3

Ensalada ecológica de lechuga romana, lollo rosso, tomate, maíz y rábanos
Amanida ecológica d'encisam romà, lollo rosso, tomaca, dacsà i raves
Organic salad of romaine lettuce, lollo rosso, tomato, corn and radishes

Macarrones al aceite de oliva con juliana de verduras
Macarrons a l'oli d'oliva amb juliana de verdures
Macaroni with olive oil and vegetable julienne

Filete de merluza a la provenzal con brócoli ecológico
Filet de lluç gratinat provençal amb bròquil ecològic
Gratined hake provençal with organic broccoli

Lácteo/Lacti/Dairy

KCal: 820,38 Prot(g): 34,93 Ca(mg): 423,85 Fe(mg): 5,60 VitA(mcg): 1,35 B12(mcg): 1,20 HdC(g): 117,87 Lip(g): 25,29
Sopar:
Crema de puerros/Carne roja magra
Crema de porro/Carn roja magra
Leek cream/Lean red meat

4

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

Garbanzos con verduras (espinacas, puerro y zanahoria) - Plato ecológico
Cigrons amb verdures (espinacs, porro i carlota) - Plat ecològic
Chickpeas with vegetables (spinach, leeks and carrots) - 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

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 853,79 Prot(g): 34,52 Ca(mg): 266,27 Fe(mg): 11,46 VitA(mcg): 2,05 B12(mcg): 1,46 HdC(g): 114,63 Lip(g): 28,81
Sopar:
Menestra salteada/Sandwix vegetal con queso
Minestra saltejada/Sandwix vegetal amb formatge
Sautéed mixed vegetable soup/Sandwich with vegetable and cheese

5

Berenjenas a la miel
Albergínies a la mel
Eggplant and honey

Ensalada completa: lechuga, tomate, canónigos, olivas, maíz, zanahoria, atún y huevo
Amanida completa: encisam, tomaca, canonges, olives, dacsà, carlota, tonyina i ou

Salad: lettuce, tomato, olives, corn, carrot, tuna and egg

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

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 787,66 Prot(g): 29,26 Ca(mg): 157,46 Fe(mg): 5,54 VitA(mcg): 1,31 B12(mcg): 2,17 HdC(g): 114,64 Lip(g): 24,31
Sopar:
Calabacín a la plancha /Carne blanca magra
Carabasseta a la planxa/Carn blanca magra
Grilled zucchini/Lean white meat

6

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 al curry con piña con cous cous
Pollastre al curri amb pinya amb cous cous
Chicken curry with pineapple with cous cous

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 809,64 Prot(g): 45,04 Ca(mg): 338,91 Fe(mg): 7,95 VitA(mcg): 1,78 B12(mcg): 4,45 HdC(g): 101,91 Lip(g): 26,74
Sopar:
Champiñones gratinados/Pescado blanco
Xampinyons gratinats/Peix blanc
Mushroom gratin/Whitefish

7

Gaspacho andaluz ecológico
Gaspacho andalus ecològic
Organic Andalusian gazpacho

Ensalada campera de patata y vegetales
Amanida camperola de creïlla i vegetals
Salad with potato and vegetables

Goulash de ternera con arroz pilaf
Goulash de vedella amb arròs pilaf
Veal goulash with pilau rice

Helado/Gelat/Ice Cream

KCal: 889,31 Prot(g): 28,61 Ca(mg): 160,70 Fe(mg): 6,10 VitA(mcg): 1,45 B12(mcg): 0,90 HdC(g): 100,76 Lip(g): 39,01
Sopar:
Brócoli al vapor/Tortilla de bacalao
Bròquil al vapor/Truita d'abadejo
Steamed broccoli/Cosdfish omelette

10

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

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

Crunch de atún con salsa de soja y salteado oriental
Crunch de tonyina amb salsa de soja i saltat oriental
Tuna crunch with soy sauce and sautéed oriental

Yogurt Artesano/Yogurt Artesà/Craft Yogurt

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 770,44 Prot(g): 47,97 Ca(mg): 311,41 Fe(mg): 8,72 VitA(mcg): 2,91 B12(mcg): 4,26 HdC(g): 85,04 Lip(g): 26,34
Sopar:
Quiche de verduras/Carne de ave
Quiche de verdures/Carn d'au
Vegetable quiche/Poultry

11

Frutos secos
Fruits secs
Dried fruits

Hervido valenciano (patata, judías, zanahoria y cebolla)
Bullit valencià (creïlla, fesols, carlota i ceba)
Valencian boiled (potato, beans, carrot and onion)

Hamburguesa completa (pan, tomate, queso, ketchup)
Hamburguesa completa (pan, tomaca, formatge, quetsup)
Full hamburger (bread, tomato, cheese, ketchup)

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 762,43 Prot(g): 20,75 Ca(mg): 207,61 Fe(mg): 5,30 VitA(mcg): 1,08 B12(mcg): 0,01 HdC(g): 107,28 Lip(g): 28,35
Sopar:
Verduras salteadas con pasta/Pescado azul
Verdures saltejades amb pasta/Peix blau
Sautéed vegetables with pasta/Bluefish

12

Guacamole con nachos
Guacamole amb nachos
Guacamole with nachos

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: 815,90 Prot(g): 39,65 Ca(mg): 105,14 Fe(mg): 7,09 VitA(mcg): 0,94 B12(mcg): 20,30 HdC(g): 111,50 Lip(g): 26,92
Sopar:
Habas rehogadas con ajos tiernos/Carne magra de cerdo
Faves saltejades amb alls tendres/Carn magra de porc
Broad beans sautéed with tender garlic/Lean pork

13

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

Alubias blancas con verduras (zanahoria, puerro y espinacas) - Plato ecológico
Fesols amb verdures ecològiques (carlota, porro i espinacs) - Plat ecològic
Beans with organic vegetables (carrot, leek and spinach) - Ecological dish

Pechuga de pavo empanada casera con pisto (pimiento, tomate, cebolla)
Pit de titot empanat casolà amb samfaina (pimentó, tomaca, ceba)
Homemade pie turkey breast with ratatouille (pepper, tomato, onion)

Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 890,94 Prot(g): 52,92 Ca(mg): 293,10 Fe(mg): 11,33 VitA(mcg): 3,59 B12(mcg): 0,45 HdC(g): 105,30 Lip(g): 29,00
Sopar:
Berenjena gratinada al horno/Pescado al limón
Albergínia gratinada al forn/Peix a la llima
Eggplant au gratin/Grilled fish with lemon

14

Gaspacho andaluz ecológico
Gaspacho andalus ecològic
Organic Andalusian gazpacho

Ens. Rusa (atún, huevo, patata, guisante, zanahoria, mayonesa)
Amanida Russa (tonyina, ou, creïlla, pèsol, carlota, maionesa)
Russian salad (tuna, egg, potato, pea, carrot, mayonnaise)

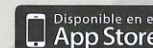
Fideuà de pescado y marisco con fondo de lonja
Fideuà de peix i marisc amb fons de llotja
Fideua of fish and seafood with fish market fund

Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 731,64 Prot(g): 32,92 Ca(mg): 171,97 Fe(mg): 6,20 VitA(mcg): 0,69 B12(mcg): 1,09 HdC(g): 128,31 Lip(g): 30,62
Sopar:
Sopa de verduras/Sandwix vegetal con fiambre
Sopa de verdures/Sandwix vegetal amb formatge
Vegetable soup/Sandwich with vegetable and cheese

Descarrega't la nostra APP

El teu codi de centre és: 44



17

Ensalada de pasta (atún, surimi, maíz, huevo)
Ensalada de pasta (tonyina, surimi, dacsà, ou)
Pasta salad (tuna, surimi, corn, egg)
Bacalo a la lionesa
Bacallà a la lionesa
Lionesa cod

Yogur natural valenciano/Logurt natural valencià/Valencian natural yogurt

KCal: 720,37 Prot(g): 37,28 Ca(mg): 265,71 Fe(mg): 4,13 VitA(mcg): 0,17 B12(mcg): 4,68 HdC(g): 96,44 Líp(g): 38,00

Sopar:
Judías verdes salteadas/Carne blanca magra
Bajoqueta saltejada / Carn blanca magra
Sautéed green beans/Lean white meat

18

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

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
Tortilla de patata y calabacín amb pa, tomaca i pernil
Truita de carabasseta i creilla amb pa, tomaca i pernil
Zucchini and Potato Omelette with bread, tomato and ham
Fruta/Fruita/Fruit

KCal: 917,86 Prot(g): 40,22 Ca(mg): 178,13 Fe(mg): 9,64 VitA(mcg): 1,97 B12(mcg): 1,37 HdC(g): 107,27 Líp(g): 42,17

Sopar:
Zanahoria aliñada con guisantes/Crepes de pollo y espinacas
Carlota adobada amb pèsols/Crepes de pollastre i espinacs
Carrot dressed with peas/Chicken and spinach crepes

19

Ensalada de garbanzos con verduras - [Plato ecológico] con quinoa/Crema de garbanzos y verduras
Amanida de cigrons amb verdures - [Plat ecològic] amb quinoa/Crema de cigrons i verdures
Chickpea salad with vegetables - [Ecological dish] with quinoa/Chickpea and vegetables

Solomillo de cerdo en salsa de queso con gnocchis
Rello de porc en salsa de formatge amb gnocchis
Pork tenderloin in cheese sauce with gnocchi
Fruta ecológica/Fruita ecològica/Organic fruit

KCal: 806,58 Prot(g): 41,92 Ca(mg): 446,83 Fe(mg): 6,11 VitA(mcg): 0,32 B12(mcg): 3,65 HdC(g): 82,57 Líp(g): 34,96

Sopar:
Tomate relleno /Pescado al papillote
Tomaca farcida/Peix al papillote
Stuffed tomato/Steamed fish

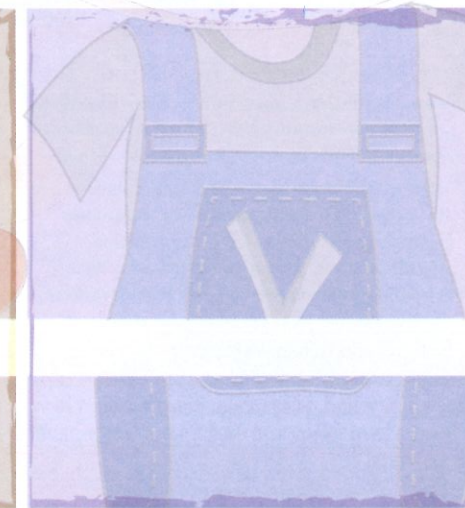
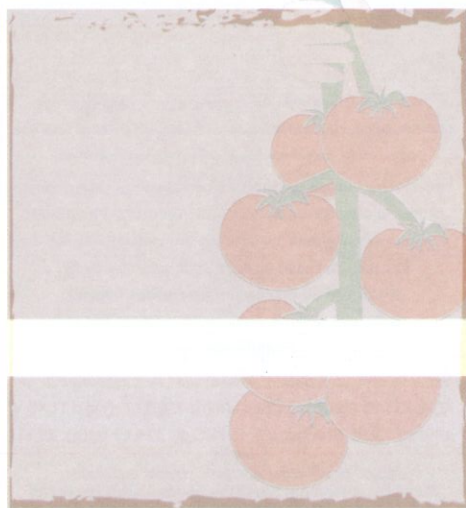
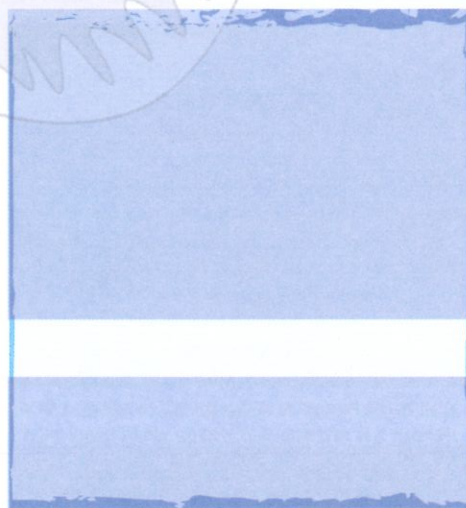
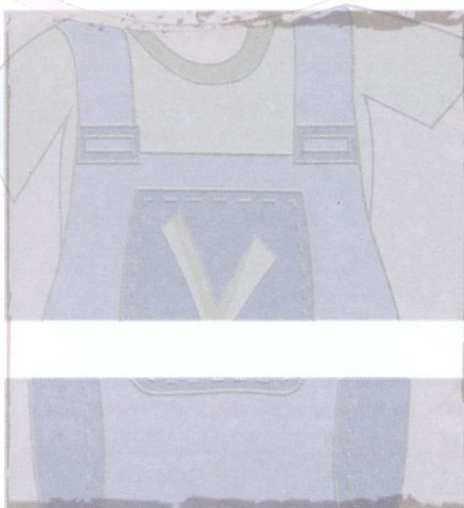
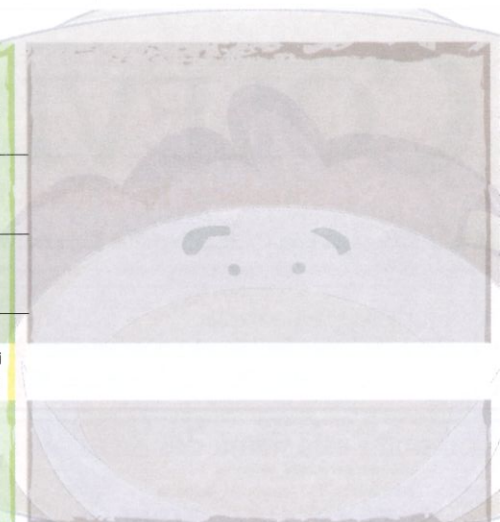
20

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

Patatas bravas y gambas con gavadina
Creilles braves i gambes amb gavadina
Spicy potatoes and prawns
Paella valenciana con pollo de campo
Paella valenciana amb pollastre de camp
Valencian Paella with field chicken
Helado/Gelat/Ice Cream

KCal: 870,18 Prot(g): 29,40 Ca(mg): 204,43 Fe(mg): 4,69 VitA(mcg): 1,00 B12(mcg): 2,31 HdC(g): 123,04 Líp(g): 29,60

Sopar:
Crema de remolacha/Revuelto de verduras
Crema de remolatxa/Remenat de verdures
Beetroot cream/Scrambled eggs with vegetables



Con nosotros como en casa...



Amb nosaltres com a casa...



With us feels like home...