COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

lycée français international DE CASTILLA Y LEÓN
Marquons la différence

Novembre - 2026 LICEO CASTILLA Y LEON SEGUNDA OPC

FRUITS DE SAISON:

Pomme, Poire
Mandarine, Banane

*Min. 2 port. pain complet/sem

VALEUR DIFFÉRENTIELLE

RECETTE VÉGÉTARIENNE · PÊCHE DURABLE · PRODUITS ÉCOLOGIQUES · RECETTE FOODIE · GASTRONOMIE TRADITIONNELLE · PRODUIT DE SAISON · PRODUIT LOCAL KM.0

ALLERGÈNES

CÉLERI · CACAHUÈTES · FRUITS SECS · SÉSAME · CRUSTACÉS · LACTIS · SULFATES · OEUF · GLUTEN · POISSON · SOJA · MOLLUSQUES · GRAINES DE LUPIN · MOUTARDE

Avda. 1° 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

Nous disposons de menus adaptés à l'âge des enfants, régimes, allergies, maladie coeliaque, etc. L'évaluation nutrittionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos Menus sont préparés conformément au "Guide de menus des cantines scolaires" de la Generalitat Valenciana.

L'information sur les allergènes est disponible dans la cuisine et dans la direction du centre. Un fois par semaine, on servira du pain complet.

2	**3**	**4**	**5**	**6**
E	E Nachos avec guacamole KCAL 794,61 · PROT 23,37g · CA 131,85mg · FE 6,84mg · HDC 60,73g · LIP 54,38g	E **Salade du jour BIO** KCAL 710,01 · PROT 33,07g · CA 127,90mg · FE 5,10mg · HDC 111,61g · LIP 31,31g	E Houmous de carottes avec des "picos" KCAL 1102,02 · PROT 56,98g · CA 385,69mg · FE 9,56mg · HDC 120,47g · LIP 43,26g	E **Salade du jour BIO** KCAL 863,44 · PROT 37,75g · CA 380,08mg · FE 8,87mg · HDC 67,17g · LIP 48,86g
1º Férié	1º Ratatouille aux légumes et à l'oeuf	1º Soupe minestrone	1º Macaronis à grains entiers en sauce au fromage	1º Potage de pois chiches aux épinards
2º	2º Burger veggie avec sauce tartare	2º Wrap au thon avec des légumes	2º Escalopes de dinde aux fines herbes avec brocoli	2º Saumon teriyaki avec sauté de légumes thaï
P	P Fruit	P Fruit	P **Fruit BIO**	P Yaourt
S	S Soupe de poireau Boulettes de légumes /Fruit	S Chips de patate douce Poisson sauce citron /Fruit	S Brochette de légumes Viande de volaille /Fruit	S Wok aux légumes Poisson en papillote /Fruit
9	**10**	**11**	**12**	**13**
E Tempura de légumes KCAL 732,95 · PROT 30,59g · CA 165,92mg · FE 9,01mg · HDC 80,07g · LIP 32,39g	E Salade du jour KCAL 704,18 · PROT 42,70g · CA 347,25mg · FE 5,50mg · HDC 126,87g · LIP 18,27g	E Crème de carotte et du miel KCAL 805,05 · PROT 28,75g · CA 188,08mg · FE 4,79mg · HDC 100,71g · LIP 31,99g	E **Salade du jour BIO** KCAL 650,94 · PROT 42,05g · CA 392,47mg · FE 6,07mg · HDC 88,60g · LIP 23,64g	E Brochette de tomates cerises et mozzarella KCAL 791,01 · PROT 43,74g · CA 499,67mg · FE 6,42mg · HDC 82,16g · LIP 38,29g
1º Crème de lentilles rouges avec croûtons de pain complet	1º Spaghettis à la tomate	1º Riz Complet aux légumes (potiron et champignons)	1º Soupe de poisson (poisson frais)	1º Soupe cuite
2º Mélange d'œufs avec des crevettes et des échalotes	2º "Burrito mexicano" de poulet	2º Filet mignon sauce roquefort	2º Poulet à la sauce verte	2º Hachis parmentier végétarien
P Fruit	P Fruit	P **Fruit BIO**	P Yaourt	P Fruit
S Artichauts sautés Poisson bleu /Fruit	S Brochette de légumes Hamburger de soja /Fruit	S Ciboulette et poivron rouge grillé Viande rouge maigre /Fruit	S Aubergine gratinée au four Oeufs brouillés à l'ail /Fruit	S Légumes sautés Poisson blanc /Fruit
16	**17**	**18**	**19**	**20**
E Salade du jour KCAL 711,17 · PROT 36,05g · CA 208,63mg · FE 9,45mg · HDC 94,33g · LIP 21,09g	E Salade de tomates à la feta KCAL 1362,48 · PROT 39,56g · CA 689,77mg · FE 5,12mg · HDC 120,09g · LIP 81,67g	E **Salade du jour BIO** KCAL 670,74 · PROT 39,00g · CA 186,05mg · FE 7,64mg · HDC 80,64g · LIP 28,11g	E **Salade du jour BIO** KCAL 771,38 · PROT 44,94g · CA 169,05mg · FE 8,20mg · HDC 75,57g · LIP 32,55g	E Dip de betterave maison avec des tartines au pain complet KCAL 816,38 · PROT 41,95g · CA 255,46mg · FE 3,65mg · HDC 91,88g · LIP 31,40g
1º Lentilles aux légumes	1º Gratin de légumes au coca	1º **Soupe de vermicelles et légumes bio**	1º **Haricots blancs au potiron BIO**	1º Riz au porc maigre et au chou-fleur
2º Calamars à la sauce américaine	2º Quiche de légumes et fromage	2º Merlu aux herbes de provence avec des pommes de terre	2º Hamburger mixte	2º Blanc de poulet à la crème
P Fruit	P Fruit	P **Fruit BIO**	P Fruit	P Yaourt
S Soupe de carotte Omelette à la morue /Fruit	S Légumes bouillis Viande blanche maigre /Fruit	S Épi de maïs avec du sel Poisson blanc /Fruit	S Escalivada Viande de volaille /Fruit	S Brocoli vapeur Hamburguer de légumineuses /Fruit
23	**24**	**25**	**26**	**27**
E Salade du jour KCAL 581,48 · PROT 24,68g · CA 166,96mg · FE 5,20mg · HDC 77,68g · LIP 19,78g	E Houmous KCAL 1033,81 · PROT 43,94g · CA 381,97mg · FE 11,54mg · HDC 131,80g · LIP 36,70g	E Salade du jour KCAL 526,64 · PROT 22,94g · CA 122,43mg · FE 4,68mg · HDC 82,80g · LIP 23,07g	E **JOUR DE THANKSGIVING** Trempette au fromage à la crème KCAL 893,90 · PROT 50,96g · CA 151,59mg · FE 5,46mg · HDC 69,10g · LIP 44,94g	E **Salade du jour BIO** KCAL 747,21 · PROT 21,99g · CA 220,12mg · FE 7,14mg · HDC 124,50g · LIP 19,78g
1º Crème de petits poids avec croûtons de pain complet	1º Pommes de terre à la riojana	1º **Soupe de volaille**	1º Haricots verts avec des carotte	1º Tartine aux légumes gratinés
2º Lieu au paprika	2º Chili maison	2º Oeufs brouillés aux champignons	2º Dinde rôtie avec purée de pomme de terre	2º Falafel /sauce au yaourt
P Fruit	P Yaourt	P Fruit	P Gateau maison	P Fruit
S Courgettes grillées Poisson en papillote /Fruit	S Haricots verts sautés Viande blanche /Fruit	S Aubergine gratinée au four Poisson sauce citron /Fruit	S Chou-fleur avec pomme de terre Viande de volaille /Fruit	S Légumes grillés Oeufs sur le plat /Fruit
30				
E Salade du jour KCAL 799,21 · PROT 25,08g · CA 174,76mg · FE 7,77mg · HDC 105,42g · LIP 31,98g	E KCAL PROT	E KCAL PROT	E KCAL PROT	E KCAL PROT
1º Pâtes complètes à la sauce au potiron	1º CA FE	1º CA FE	1º CA FE	1º CA FE
2º Oeufs brouillés aux jambon	2º HDC	2º HDC	2º HDC	2º HDC
P Fruit	P LIP	P LIP	P LIP	P LIP
S Légumes sautés Boulettes de légumes /Fruit	S	S	S	S

COLEVISA
Comedores Levantinos Isabel, SL

lycée français international DE CASTILLA Y LEÓN
Marquons la différence

Noviembre - 2026 LICEO CASTILLA Y LEON SEGUNDA OPC

FRUTAS DE TEMPORADA:

Manzana, Pera
Mandarina, Banana

*Mín. 2 raciones pan integral/sem

VALOR DIFERENCIADOR

RECETA VEGETARIANA · PESCA SOSTENIBLE · PRODUCTOS ECOLÓGICOS · RECETA FOODIE · GASTRONOMÍA TRADICIONAL · PRODUCTO DE TEMPORADA · PRODUCTO LOCAL KM.0

ALERGENOS

APIO · CACAHUETES · FRUTOS SECOS · SÉSAMO · CRUSTACEOS · LÁCTEOS · SULFITOS · HUEVO · GLUTEN · PESCADO · SOJA · MOLUSCOS · ALTRAMUCES · MOSTAZA

Avda. 1° 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 adaptadosa la edad de los niños, dietas, alergias, celilaquia, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan conforme a las directrices de la "Guia de menús de menjadors 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.

2 E 1º Festivo 2º P S	**3** E 1º Nachos con guacamole Pisto de verduras con huevo 2º Hamburguesa vegetal con salsa tártara P Fruta S Crema de puerros Albóndigas vegetales /Fruta	**4** E 1º **Ensalada fresca ecológica** Sopa minestrone 2º Wrap de atún con verduras P Fruta S Chips de boniato al horno Pescado al limón /Fruta	**5** E Hummus de zanahoria con picos de pan 1º Macarrones integrales en salsa de queso 2º Chuletas de pavo finas hierbas con brócoli P **Fruta ECO** S Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta	**6** E 1º **Ensalada fresca ecológica** Potaje de garbanzos con espinacas 2º Salmón teriyaki con salteado thai P Yogur S Wok de verduras Pescado al papillote /Fruta
9 E Verduras en tempura 1º Crema de lentejas rojas con tostones integrales 2º Revuelto de gambas y ajetes P Fruta S Alcachofas salteadas Pescado azul /Fruta	**10** E Ensalada de verduras de temporada 1º Espaguetis al pomodoro 2º Burrito mexicano P Fruta S Brochetas de verduras Hamburguesa de soja /Fruta	**11** E Crema de zanahoria y miel 1º Arroz integral caldoso de verduras (calabaza y setas) 2º Solomillo de cerdo al roquefort P **Fruta ECO** S Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne roja magra /Fruta	**12** E **Ensalada fresca ecológica** 1º Sopa de pescado (fondo de lonja) 2º Gallineta en salsa verde P Yogur S Berenjena gratinada al horno Revuelto de ajos tiernos /Fruta	**13** E Brocheta de cherry y queso mozzarella 1º Sopa de cocido 2º Hachis parmentier vegetal P Fruta S Menestra salteada Pescado blanco /Fruta
16 E Ensalada de verduras de temporada 1º Lentejas a la hortelana 2º Calamares en salsa americana P Fruta S Crema de zanahoria Tortilla de bacalao /Fruta	**17** E Ensalada de tomate con queso feta 1º Coca de verduras gratinada 2º Quiche de verduras y queso P Fruta S Hervido valenciano Carne blanca magra /Fruta	**18** E 1º **Ensalada fresca ecológica** **Sopa de fideos con verduras ecológicas** 2º Merluza a la provenzal con patatas P **Fruta ECO** S Mazorca de maíz con sal Pescado blanco /Fruta	**19** E 1º **Ensalada fresca ecológica** **Alubias blancas con calabaza P/ECO** 2º Hamburguesa mixta P Fruta S Escalivada Carne de ave /Fruta	**20** E Dip casero de remolacha con tosta integral 1º Arroz de magro y coliflor 2º Pechuga pollo a la crema P Yogur S Brócoli al vapor Hamburguesa de legumbres /Fruta
23 E Ensalada de verduras de temporada 1º Crema de guisantes con tostones integrales 2º Abadejo al pimentón P Fruta S Calabacín a la plancha Pescado al papillote /Fruta	**24** E Hummus de garbanzos 1º Patatas a la riojana 2º Chili casero P Yogur S Judías verdes rehogadas Carne blanca /Fruta	**25** E Ensalada de verduras de temporada 1º **Sopa de ave** 2º Revuelto de setas P Fruta S Berenjena gratinada al horno Pescado al limón /Fruta	**26** E **DIA DE ACCIÓN DE GRACIAS** Dip de queso crema 1º Judías verdes con zanahoria 2º Pavo asado con puré de patatas P Bizcocho casero S Coliflor con patata Carne de ave /Fruta	**27** E **Ensalada fresca ecológica** 1º Tosta de verduras gratinadas 2º Falafel con salsa de yogur P Fruta S Parrillada de verduras Huevos al plato /Fruta
30 E Ensalada de verduras de temporada 1º Macarrones integrales en salsa de calabaza 2º Revuelto de patatas y jamón serrano P Fruta S Menestra salteada Albóndigas vegetales /Fruta				