

Décembre - 2025 MENU LICEO VLC
(2^oOPC)

FRUITS DE SAISON:

Banane, Pomme, Poire
Kaki, Mandarine

*Le menu comprend 1 portion de

**TÉLÉCHARGER
L'APPLICATION**



VOTRE CODE DE CENTRE EST: 1167

VALEUR DIFFÉRENTIELLE



ALLERGÈNES



Avda. 1^o 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 nutritionnelle 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.

1 E 1^o 2^o P S Tomate, mozzarella et basilic Spaghetti au pesto Oeufs brouillés et courgettes avec fromage Fruits et produits laitiers Soupe de courgette Viande blanche / Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 807,05 41,64g 618,97mg 5,22mg 109,72g 42,88g	2 E 1^o 2^o P S Salade du jour Crème de courgettes Gratin Choufleur Fruits BIO/Produit laitier Couscous aux épices Omelette de pomme de terre et oignon /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 1012,14 26,79g 235,37mg 3,95mg 86,37g 62,72g	3 E 1^o 2^o P S Houmous avec pommes de terre chips "coca" italienne à la sauce tomate et basilic "Croquetas" au boletus avec des tomates grillées Fruits BIO/Produit laitier Haricots verts sautés Poisson blanc / Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 782,21 32,26g 257,39mg 7,88mg 105,02g 29,94g	4 E 1^o 2^o P S Salade du jour Soupe avec vermicelles Moussaka d'aubergine Fruits BIO/Produit laitier Épi de maïs avec du sel Viande de volaille /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 953,06 46,10g 466,93mg 7,16mg 115,27g 45,33g	5 E 1^o 2^o P S Salade du jour Panaché de charcuterie Riz aux légumes Fruits BIO/Produit laitier Légumes sautés Poisson sauce citron /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 732,96 29,29g 423,28mg 4,26mg 74,45g 35,03g
8 E 1^o 2^o P S Férié KCAL PROT CA FE HDC LIP	9 E 1^o 2^o P S Salade du jour Soupe au potiron Ratatouille avec du riz basmati Fruits et produits laitiers Tartine d'houmous Viande rouge maigre /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 809,62 15,69g 235,94mg 4,03mg 102,20g 38,03g	10 E 1^o 2^o P S Salade d'endives aux pommes et à l'avocat Soupe avec vermicelles Moussaka d'aubergine Fruits et produits laitiers Épinards sautés Poisson en papillote /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 842,78 44,53g 522,03mg 7,49mg 91,78g 43,77g	11 E 1^o 2^o P S Jus d'orange naturel Gnocchis à la sauce fromage Tempura de légumes avec brocoli cuit à la vapeur Fruits et produits laitiers Pommes de terre cuites Poisson bleu /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 716,74 29,86g 562,08mg 4,45mg 127,86g 26,27g	12 E 1^o 2^o P S Tomate et fromage au torchon valencien avec des olives vertes Oeufs mimosa à la sauce rose Fideuà de légumes Fruits et produits laitiers Chips de patate douce Hamburger de soja /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 849,41 43,11g 377,71mg 6,14mg 116,39g 41,88g
15 E 1^o 2^o P S Salade aux pommes vertes et aux raisins Pâtes complètes aux pesto Aubergines farcies aux légumes Fruits BIO/Produit laitier soupe de quinoa Viande de volaille /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 796,76 31,02g 574,96mg 6,36mg 114,19g 24,31g	16 E 1^o 2^o P S Salade du jour Crème crezy de carottes Oeufs brouillés et courgettes avec fromage Fruits et produits laitiers Wok aux légumes Poisson blanc /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 729,76 22,62g 363,34mg 4,89mg 63,69g 48,55g	17 E 1^o 2^o P S Guacamole avec nachos Riz cantonais fait maison "Croquetas" au boletus Fruits et produits laitiers Ciboulette et poivron rouge grillé Viande maigre de porc /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 729,56 26,38g 213,56mg 4,75mg 90,63g 31,71g	18 E 1^o 2^o P S Jus d'orange naturel Ragoût de pois chiches BIO Boulettes de légumes sauce tomate avec brocoli cuit à la vapeur Fruits et produits laitiers Potiron et pomme de terre au micro-ondes Poisson blanc /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 818,27 34,81g 419,51mg 9,32mg 127,72g 20,58g	19 E 1^o 2^o P S MENU SPÉCIAL DE NOËL avec petits rouleaux de printemps Soupe de Noël Gratin de pommes de terre et patates douces Dessert spécial Brochette de légumes Oeufs brouillés à l'ail /Fruit KCAL PROT CA FE HDC LIP 880,16 29,51g 274,24mg 6,83mg 127,87g 32,85g
E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP
E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP	E 1^o 2^o P S KCAL PROT CA FE HDC LIP