COLEVISA

Lycée Français international de Palma

NOVIEMBRE 2026
MENÚ ROTATIVO

FRUTAS DE TEMPORADA:

Manzana, Pera,
Mandarina y Banana

VALOR DIFERENCIAL

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

ALÉRGENOS

APIO · CACAHUETES · FRUTOS DE CÁSCARA · SÉSAMO · CRUSTÁCEOS · HUEVO · GLUTEN · PESCADO · SOJA · MOLUSCOS · LÁCTEOS · SULFITOS · ALTRAMUCES · MOSTAZA

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, celiaquía, etc. La evaluación nutricional se basa en el grupo de edad. Nuestros menús se preparan de acuerdo con la normativa del BOIB RD 39/2019 del 17 de Mayo sobre la promoción de la dieta mediterranea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

La información sobre los alérgenos está disponible en la cocina y en la dirección del centro. Se dará pan integral un día a la semana.

2 Entrante Festivo Primero Segundo Postre Cena	**3** Entrante Nachos con guacamole Primero Pisto de verduras con huevo Segundo **Lentejas con verduras P/ECO** Postre Fruta Cena Crema de puerros Albóndigas vegetales /Fruta	**4** Entrante **Ensalada fresca ecológica** Primero Paella ciega marinera Segundo Lágrimas de pollo (empanado casero) con patatas asadas Postre Fruta Cena Chips de boniato al horno Pescado al limón /Fruta	**5** Entrante Hummus de zanahoria con picos de pan integrales Primero Macarrones integrales en salsa de queso Segundo Abadejo al pimentón con brócoli Postre **Fruta ECO** Cena Brochetas de verduras Carne de ave /Fruta	**6** Entrante **Ensalada fresca ecológica** Primero Potaje de garbanzos con espinacas Segundo Tortilla de patata y pan con tomate y aceite AOVE Postre Fruta Cena Wok de verduras Pescado al papillote /Fruta
9 Entrante Verduras en tempura Primero Crema de lentejas rojas con tostones integrales Segundo Ragout de magro con menestra de verduras Postre Fruta Cena Alcachofas salteadas Pescado azul /Fruta	**10** Entrante Ensalada de verduras de temporada Primero Espaguetis integrales al pomodoro Segundo Tortilla de calabacín con queso fresco Postre Fruta Cena Brochetas de verduras Hamburguesa de soja /Fruta	**11** Entrante Crema de zanahoria y miel Primero Arroz caldoso de verduras de temporada (calabaza y setas) Segundo Crunch de salmón con salsa de yogur casera Postre **Fruta ECO** Cena Cebolleta y pimiento rojo plancha Carne roja magra /Fruta	**12** Entrante **Ensalada fresca ecológica** Primero Sopa de pescado (fondo de lonja) Segundo Pollo al horno con patatas panadera Postre Yogur Cena Berenjena gratinada al horno Revuelto de ajos tiernos /Fruta	**13** Entrante Ensalada de verduras de temporada Primero Crema de calabaza y boniato Segundo Hachis parmentier vegetal Postre Fruta Cena Menestra salteada Pescado blanco /Fruta
16 Entrante Ensalada de verduras de temporada Primero Lentejas a la hortelana Segundo Pavo al curry con arroz integral Postre Fruta Cena Crema de zanahoria Tortilla de bacalao /Fruta	**17** Entrante Chips de boniato Primero Quesadilla vegetal con aguacate Segundo Hélices a la genovesa con soja vegetal Postre Fruta Cena Hervido valenciano Carne blanca magra /Fruta	**18** Entrante **Ensalada fresca ecológica** Primero **Sopa de fideos con verduras ecológicas** Segundo Pollo a l'ast con pimientos Postre **Fruta ECO** Cena Mazorca de maíz con sal Pescado blanco /Fruta	**19** Entrante **Ensalada fresca ecológica** Primero **Alubias blancas con calabaza P/ECO** Segundo Revuelto de queso y champiñones Postre Fruta Cena Escalivada Carne de ave /Fruta	**20** Entrante Dip casero de remolacha con tosta integral Primero Arroz de magro y coliflor Segundo Bacaladilla en tempura con ensalada de hojas verdes Postre Yogur Cena Brócoli al vapor Hamburguesa de legumbres /Fruta
23 Entrante Ensalada de verduras de temporada Primero Crema de guisantes con aceite de menta con tostones integrales Segundo Tortilla de patata con jamón serrano Postre Fruta Cena Calabacín a la plancha Pescado al papillote /Fruta	**24** Entrante Hummus de garbanzos Primero Macarrones integrales con tapenade y queso Segundo Merluza a la plancha con salsa mery Postre Yogur Cena Judías verdes rehogadas Carne blanca /Fruta	**25** Entrante Ensalada de verduras de temporada Primero **Sopa de ave** Segundo Cous cous completo Postre Fruta Cena Berenjena gratinada al horno Pescado al limón /Fruta	**26** Entrante Crudités de verduras con mousse de queso Primero Arroz con pollo Segundo Rabas enharinadas Postre **Fruta ECO** Cena Coliflor con patata Carne de ave /Fruta	**27** Entrante **Ensalada fresca ecológica** Primero Tosta de verduras gratinadas Segundo **Lentejas con verduras y manzana P/ECO** Postre Fruta Cena Parrillada de verduras Huevos al plato /Fruta
30 Entrante Ensalada de verduras de temporada Primero Macarrones integrales en salsa de calabaza Segundo Abadejo bienmesabe con zanahoria vichy Postre Fruta Cena Menestra salteada Albóndigas vegetales /Fruta				

COLEVISA

Lycée Français international de Palma

NOVEMBRE 2026
MENU BASALE

FRUITS DE SAISON:

Pomme, Poire,
Mandarine et Banane

VALEUR DIFFÉRENCIANTE

RECETTE VÉGÉTALIENNE · PÊCHE DURABLE · PRODUIT BIOLOGIQUE · RECETTE POUR GOURMETS · GASTRONOMIE TRADITIONNELLE · PRODUIT DE SAISON · PRODUIT DU KM 0

ALLERGÈNES

CÉLERI · CACAHUÈTES · FRUITS SECS · SÉSAME · CRUSTACÉS · OEUF · GLUTEN · POISSON · SOJA · MOLLUSQUES · PROD. LAITIERS · SULFITES · LUPINS · 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 avons des menus adaptés à l'âge des enfants, aux régimes alimentaires, aux allergies, à la maladie coeliaque, etc. L'évaluation nutritionnelle est basée sur le groupe d'âge. Nos menus sont préparés conformément à la réglementation du BOIB RD 39/2019 du 17 mai sur la promotion du régime méditerranéen dans les centres éducatifs et de santé des îles Baléares.

Des informations sur les allergènes sont disponibles en cuisine et à la direction du centre. Du pain complet sera distribué un jour par semaine.

2 Entrant Férié Premier Deuxième Dessert Diner	**3** Entrant Nachos avec guacamole Premier Ratatouille aux légumes et à l'oeuf Deuxième **Ragoût de lentilles BIO** Dessert Fruit Diner Soupe de poireau Boulettes de légumes /Fruit	**4** Entrant **Salade du jour BIO** Premier Paella aveugle aux fruits de mer Deuxième Larmes de poulet (panure maison) avec pommes de terre rôties Dessert Fruit Diner Chips de patate douce Poisson sauce citron /Fruit	**5** Entrant Houmous de carottes Premier Macaronis à grains entiers en sauce au fromage Deuxième Lieu au paprika avec brocoli Dessert **Fruit BIO** Diner Brochette de légumes Viande de volaille /Fruit	**6** Entrant **Salade du jour BIO** Premier Potage de pois chiches aux épinards Deuxième Omelette de pommes de terre et du pain à la tomate et à l'huile d'olive vierge extra Dessert Fruit Diner Wok aux légumes Poisson en papillote /Fruit
9 Entrant Tempura de légumes Premier Crème de lentilles rouges avec croûtons de pain complet Deuxième Ragoût maigre avec ragoût de légumes Dessert Fruit Diner Artichauts sautés Poisson bleu /Fruit	**10** Entrant Salade du jour Premier Spaghetti blé complet à la sauce tomate Deuxième Omelette de courgette avec fromage frais Dessert Fruit Diner Brochette de légumes Hamburger de soja /Fruit	**11** Entrant Crème de carotte et du miel Premier Riz aux légumes de saison façon bouillon (potiron et champignons) Deuxième Crunch de saumon avec une sauce au yaourt maison Dessert **Fruit BIO** Diner Ciboulette et poivron rouge grillé Viande rouge maigre /Fruit	**12** Entrant **Salade du jour BIO** Premier Soupe de poisson (poisson frais) Deuxième Poulet au four et pommes de terre boulangères Dessert Yaourt Diner Aubergine gratinée au four Oeufs brouillés à l'ail /Fruit	**13** Entrant Salade du jour Premier Crème de citrouille et boniate Deuxième Hachis parmentier végétarien Dessert Fruit Diner Légumes sautés Poisson blanc /Fruit
16 Entrant Salade du jour Premier Lentilles aux légumes Deuxième Curry de dinde avec riz complet Dessert Fruit Diner Soupe de carotte Omelette à la morue /Fruit	**17** Entrant Chips de patate douce Premier Quesadilla de légumes avec avocat Deuxième Hélices génoises au soja végétal Dessert Fruit Diner Légumes bouillis Viande blanche maigre /Fruit	**18** Entrant **Salade du jour BIO** Premier **Soupe de vermicelles et légumes bio** Deuxième Poulet grillé avec poivrons Dessert **Fruit BIO** Diner Épi de maïs avec du sel Poisson blanc /Fruit	**19** Entrant **Salade du jour BIO** Premier **Haricots blancs au potiron BIO** Deuxième Oeufs brouillés au fromage et aux champignons Dessert Fruit Diner Escalivada Viande de volaille /Fruit	**20** Entrant Dip de betterave maison avec des tartines au pain complet Premier Riz au porc maigre et au chou-fleur Deuxième Merlan bleu en tempura avec salade de légumes frais Dessert Yaourt Diner Brocoli vapeur Hamburguer de légumineuses /Fruit
23 Entrant Salade du jour Premier Crème de petits pois à l'huile de menthe avec croûtons de pain complet Deuxième Omelette de pommes de terre au jambon serrano Dessert Fruit Diner Courgettes grillées Poisson en papillote /Fruit	**24** Entrant Houmous Premier Macaroni complet à la tapenade et fromage Deuxième Merlu à la plancha avec sauce mery Dessert Yaourt Diner Haricots verts sautés Viande blanche /Fruit	**25** Entrant Salade du jour Premier **Soupe de volaille** Deuxième Couscous complet Dessert Fruit Diner Aubergine gratinée au four Poisson sauce citron /Fruit	**26** Entrante Crudités de légumes mousse au fromage Premier riz au poulet Deuxième Calamars farinés Dessert **Fruit BIO** Diner Chou-fleur avec pomme de terre Viande de volaille /Fruit	**27** Entrante **Salade du jour BIO** Premier Tartine aux légumes gratinés Deuxième **Lentilles aux légumes et à la pomme P/ECO** Dessert Fruit Diner Légumes grillés Oeufs sur le plat /Fruit
30 Entrant Salade du jour Premier Pâtes complètes à la sauce au potiron Deuxième Cabillaud bienmesabe avec des carottes Dessert Fruit Diner Légumes sautés Boulettes de légumes /Fruit				