

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1

2

3

4

5

8 775 Kcal 26 Gr 26 Prot 95 HC 0,0 AGS

Pasta sin gluten con tomate G/f pasta with tomato

Hamburguesa de ternera a la plancha con zanahoria hamburger & carrot 8
Fruta Fruit

Pan Integral Bread 1

9 692 Kcal 36 Gr 27 Prot 49 HC 24,777,0 AGS

Guisantes rehogados green peas

Magro de cerdo guisado con cachelos Lean pork with potatoes
Fruta Fruit

Pan Bread 1

10 616 Kcal 29 Gr 32 Prot 54 HC 1,1 AGS

Lentejas eco.estofadas c/verduras Lentil stew with vegetables 1T

Salmón al horno con rodaja de tomate Grilled salmon fillet with tomato 4
Fruta Fruit

Pan Bread 1

11 666 Kcal 24 Gr 29 Prot 72 HC 4,954,6 AGS

Crema Saint Germain (puerro,zanahoria,guisantes) Saint Germain cream
Estofado de pavo a la jardinera con patatas Turkey stew

Fruta Fruit

Pan Bread 1

12 636 Kcal 26 Gr 18 Prot 56 HC 2,0 AGS

Arroz con pollo y verduras Rice with vegetables

Lacon al horno Lacon fillet

Yogur Yoghurt 2

Pan Bread 1

15 594 Kcal 30 Gr 28 Prot 52 HC 0,0 AGS

Puré de verduras frescas Cream of vegetables

Carrillada al horno con patatas stewed meat

Fruta Fruit

Pan Integral Bread 1

16 603 Kcal 24 Gr 13 Prot 77 HC 0,3 AGS

Menú con Proteína Vegetal

Arroz con salsa de tomate Rice with tomato sauce

Lentejas estofadas a la casera Lentil stew with vegetables 1T

Fruta Fruit

Pan Bread 1

17 622 Kcal 24 Gr 17 Prot 34 HC 0,1 AGS

Panaché de verduras salteado Mixed vegetables

Filete de pavo al horno con zanahoria Turkey fillet & carrot

Fruta Fruit

Pan Bread 1

18 673 Kcal 25 Gr 24 Prot 87 HC 0,0 AGS

Pasta sin gluten salteada G/f sauteed pasta

Filete de gallo a la andaluza con lechuga y maíz Fish fillet & lettuce and corn 1-4-5T-6T

Fruta Fruit

Pan Bread 1

19 662 Kcal 28 Gr 13 Prot 12 HC 1,5 AGS

Ensalada alemana sin mahonesa Germany salad 8

Jamoncitos de pollo asados con rod tomato Chicken drumsticks & tomato

Gelatina Jelly

Pan Bread 1

22 743 Kcal 24 Gr 29 Prot 86 HC 0,0 AGS

Pasta sin gluten con tomate G/f pasta with tomato

Lomo de fogonero a la plancha c/zanahoria Fish al pil pil & carrot 4

Fruta Fruit

Pan Integral Bread 1

23 690 Kcal 24 Gr 15 Prot 28 HC 0,1 AGS

Judías verdes salteadas al ajillo Sautéed green beans w.garlic&paprika

Pavo al horno con rodaja de tomate Turkey fillet & tomato

Fruta Fruit

Pan Bread 1

24 783 Kcal 31 Gr 28 Prot 95 HC 2,4 AGS

Sopa de fideos sin gluten G/f soup

Cocido de garbanzos,chorizo,tern,pollo y verd Stew

Fruta Fruit

Pan Bread 1

25 676 Kcal 23 Gr 8 Prot 34 HC 0,1 AGS

Brócoli rehogado Sauteed broccoli

Filete de pollo al ajillo con lechuga, cebolla, maíz chicken fillet & salad

Fruta Fruit

Pan Bread 1

26 616 Kcal 28 Gr 24 Prot 68 HC 2,478,8 AGS

Arroz con verduritas y magro Rice with vegetables&chicken

Bacalao rebozado sin gluten Fish fillet & peas 4

Yogur Yoghurt 2

Pan Bread 1

29 713 Kcal 37 Gr 28 Prot 58 HC 0,0 AGS

Lentejas ecológicas estofadas con hortalizas Lentil stew with vegetables 1T

Albóndigas (burger meat) mixtas de ternera con jardinera Meatballs & vegetables 8

Fruta Fruit

Pan Integral Bread 1

30 676 Kcal 26 Gr 22 Prot 71 HC 0,0 AGS

Pasta sin gluten a la napolitana G/f Napolitana pasta

Merluza en salsa marinera con verduritas Fish in sauce 4-5T-6T 8

Fruta Fruit

Pan Bread 1

ALÉRGICOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



Temporada



Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com



PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne 	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado 	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo 	Verdura + Carne
Verdura + Carne 	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado 	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo 	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo 	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33

calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com