

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1

2

5

6



7

8

9

12 659 Kcal 22 Gr 25 Prot 63 HC 4.504,0 AGS

Arroz con tomate. Rice with tomato sauce

Fogonero en salsa verde con guisantes. Fish in green sauce with peas **4-10T**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

13 674 Kcal 29 Gr 25 Prot 75 HC 2,2 AGS

Sopa de cocido con fideos ecológicos. Soup **1-3T-8T-11T**

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

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

14 676 Kcal 22 Gr 15 Prot 51 HC 0,1 AGS

Crema de calabaza y zanahoria. Cream of pumpkin and carrot
Ragout de pavo con patatas. turkey ragout & potatoes

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

15 625 Kcal 33 Gr 21 Prot 63 HC 0,2 AGS

Fideuá de verduras. Vegetable fideuá **1-3T-8T-11T**

Medallón de merluza a la menier con tomate fresco. Fish fillet in sauce & tomato **4-5T-6T-10T**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

16 650 Kcal 19 Gr 20 Prot 46 HC 3,4 AGS

Pochas (alubias blancas) con verduras. stewed white beans with vegetables
Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria. Omelett & lettuce and carrot **3**

Yogur Yoghurt **2**

Pan Bread **1**

19 660 Kcal 30 Gr 13 Prot 41 HC 0,0 AGS

Patatas guisadas con hortalizas. Stewed potatoes with vegetables

Albóndigas mixtas de ternera c/juliana de pimientos Meatballs in sauce with peppers **8**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

20 641 Kcal 27 Gr 25 Prot 64 HC 0,0 AGS

Macarrones ecológicos con tomate y albahaca. Organic macaroni with tomato **1-3T-8T-11T**

Abadejo en salsa de puerros con lechuga y maíz. fish fillet with salad **4**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

21 660 Kcal 18 Gr 16 Prot 58 HC 1,2 AGS

Lentejas ecológicas guisadas c/verduras. Organic lentils stewed with vegetables **1T**

Tortilla de patata c/tomate fresco. Potato omelette&tomato slice **3**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

22 616 Kcal 24 Gr 13 Prot 36 HC 1,4 AGS

Menestra de verduras salteada. Sauteed vegetables

Jamoncitos de pollo al ajillo con cachelos Chicken drumsticks & potatoes **10T**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

23 675 Kcal 36 Gr 29 Prot 55 HC 7,4 AGS

Sopa de ave con pasta maravilla. Soup **1-3T-8T-11T**

Magro de cerdo estof en salsa de tomate con zanah Lean pork with carrot

Yogur Yoghurt **2**

Pan Bread **1**

26 673 Kcal 32 Gr 28 Prot 67 HC 0,0 AGS

Lacitos con salsa de tomate y pavo. Pasta with tomato **1-2T-3T-8T-11T**

Fogonero a la vasca con calabacín fish fillet & zucchini **4-10T**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

27 679 Kcal 21 Gr 21 Prot 45 HC 0,1 AGS

Puré de verduras. Cream of vegetables

Lardones de pollo en estofado con tomate fresco. Chicken & tomato

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

28 626 Kcal 33 Gr 28 Prot 51 HC 0,3 AGS

Judías blancas estofadas con verduras. stewed white beans

Suprema de merluza en salsa americana con patatas. Hake fillet & potatoes **4-5T-6T**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

29 688 Kcal 25 Gr 37 Prot 29 HC 1,0 AGS

Paella de marisco y verdura Rice with seafood and vegetables **2T-4T-5T-6T**

Tortilla de pimientos con lechuga y maíz. Pepper omelette with lettuce and corn **3**

Fruta Fruit

Pan Bread **1**

30 680 Kcal 31 Gr 28 Prot 64 HC 4,3 AGS

Sopa de cocido con fideos ecológicos. Soup **1-3T-8T-11T**

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

Yogur Yoghurt **2**

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

Gabriela Gallego Iradi
Departamento de Nutrición

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

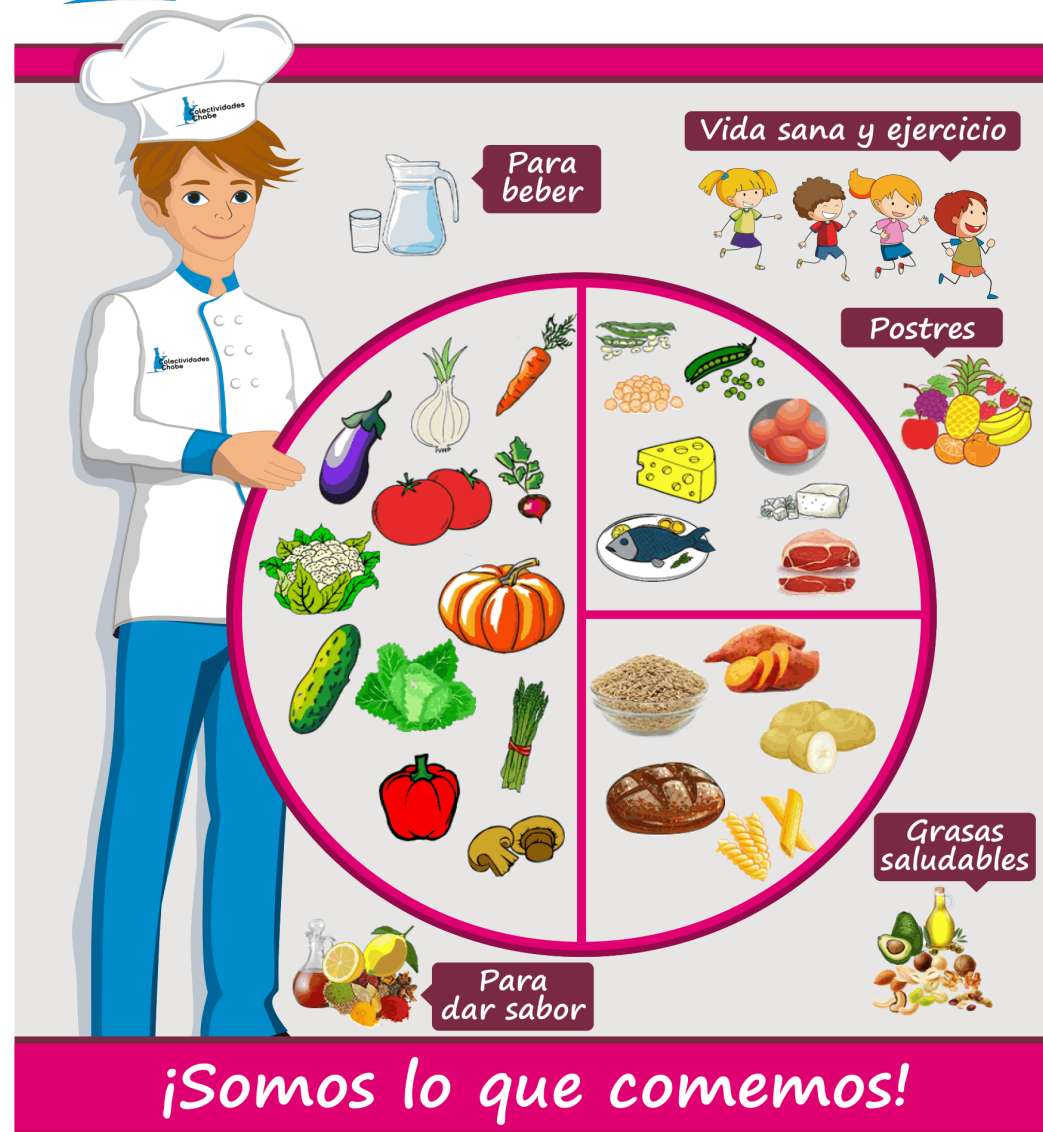


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33

calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com