

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



## FESTIVOS



## Leyenda alérgenos

- 1 Gluten
- 2 Crustáceos
- 3 Huevo
- 4 Pescado
- 5 Cacahuetes
- 6 Soja
- 7 Lácteos
- 8 Frutos cascara
- 9 Apio
- 10 Mostaza
- 11 Sésamo
- 12 Sulfitos
- 13 Altramuces
- 14 Moluscos

\*Si desea recibir más información sobre los alérgenos y el menú pueden contactar con COMAIBEL S.L en el e-mail [dietista@comaibel.com](mailto:dietista@comaibel.com)

\*Los valores Nutricionales corresponden al rango de edad 7 – 9 años.

\*Todos los menús irán acompañados de su ración de pan

Elaboración propia de los platos

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
559 Kcal 11,4g Prot 36,1g Lip 47,9g Hc	736 Kcal 28,7g Prot 39,3g Lip 69,3g Hc	591 Kcal 29g Prot 21,3g Lip 73,1g Hc	546 Kcal 22g Prot 15,5g Lip 55,4g Hc	544 Kcal 21,6g Prot 15,1g Lip 55,2g Hc
6	7	8	9	10
BROCOLI REHOGADO AL AJILLO RABAS DE CALAMAR Y PALITOS DE MERLUZA (1,2,3,4,6,7,9,14) CON SALSA DE TOMATE, PIMIENTO Y CEBOLLA FRUTA	SPAGUETTIS A LA CARBONARA CON BACON (1,3,1,6,7) TORTILLA DE JAMÓN YORK (3,6) CON LECHUGA Y MAÍZ NATILLAS CASERAS (7)	SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de ternero (6) FRUTA	JUDÍAS VERDES CON TOMATE ZARZUELA DE PESCADO (2,4,14) FRUTA	CREMA DE BONIATO Y JENGIBRE (1,8,10,11) LOMO DE SAJONIA CON ZANAHORIA Y PATATAS DADO FRUTA
569 Kcal 28g Prot 23,2g Lip 62,2g Hc	512 Kcal 20,3g Prot 19,7g Lip 69,6g Hc	482 Kcal 21,6g Prot 17,8g Lip 59,8g Hc	737 Kcal 29,8g Prot 110,2g Lip 85,1g Hc	733 Kcal 28,6g Prot 36,3g Lip 72,2g Hc
13	14	15	16	17
MACARRONES A LA BOLOGNESE (1,3) CABALLA (2,4,14) CON LECHUGA Y MANZANA FRUTA	JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS CON ALCACHOFAS (6) JAMONCITOS DE POLLO AL CHILINDRÓN CON CHAMPIÑÓN FRUTA	ENSALADA CAMPERA (2,4,14) FILETE DE MERLUZA REBOZADA CASERA (1,2,4,14) CON CALABAZA DADO FRUTA	<b>DÍA INTERNACIONAL DEL CELÍACO</b> LENTEJAS RIOJANAS (6) HUEVOS AL PLATO CON PATATAS CON PIMIENTOS Y CEBOLLA (3) FRUTA <b>Pan sin gluten</b>	CREMA DE ZANAHORIAS MAZA DE CERDO ASADA CON SALSA DE MANZANA CON ARROZ YOGUR (7)
830 Kcal 20,4g Prot 26,2g Lip 126,8g Hc	471 Kcal 17,2g Prot 18,6g Lip 60,1g Hc	591 Kcal 29g Prot 21,3g Lip 73,1g Hc	647 Kcal 28g Prot 26g Lip 78,4g Hc	776 Kcal 20,9g Prot 39,4g Lip 90g Hc
20	21	22	23	24
FIDEUA CON SALTEADO DE VERDURAS (1,3) BOQUERONES EN TEMPURA (1,2,3,4,7,14) CON CREMA DE PATATA Y REMOLACHA (12) FRUTA	COLIFLOR CON BECHAMEL (1,7) TORTILLA ESPAÑOLA (3) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA	SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de ternero (6) FRUTA	<b>JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA</b> PAELLA VALENCIANA (2,4,12,14) ESGARRAET DE MERLUZA (2,4,14) FARTONS (1,3,4,5,6,7,8,11)	VICHYSOISE CON PICATOSTES (7,1) FILETES RUSOS DE TERNERA EN SALSA (1,11) CON ARROZ FRUTA
574 Kcal 14,1g Prot 25,9g Lip 72,9g Hc	600 Kcal 29,6g Prot 20g Lip 77,6g Hc	523 Kcal 16g Prot 17g Lip 81g Hc	777 Kcal 36g Prot 46,9g Lip 67,5g Hc	539 Kcal 13g Prot 25,4g Lip 64,2g Hc
27	28	29	30	31
ARROZ CON PISTO CASERO REVUELTO DE HUEVO (3) CON SALCHICHAS (6,7) CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA	ESPIRALES AL AJILLO (1,3) MERLUZA EN SALSA DE LIMÓN (1,2,4,14) CON GUIANTES FRUTA	SALMOREJO ANDALUZ CON HUEVO (1,3) LACON A LA GALLEGA CON PURÉ DE PATATA (12) FRUTA	ENSALADA DE JUDÍAS BLANCAS CAZÓN EN ADOBO (1,2,4,14) CON ZANAHORIA DADO FRUTA	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS CON PATATAS FRITAS YOGUR (7)