



Leyenda alérgenos

- 1 Gluten
- 2 Crustáceos
- 3 Huevos
- 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*

*Frutas de temporada: manzana, plátano, naranja, pera, mandarina, fresa...*

*Vaso de Leche opcional*

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
						472 Kcal 16,1g Prot 20,3g Lip 54,6g Hc	1	496 Kcal 20,3g Prot 18,2g Lip 66,6g Hc	2
		<b>VIII CAMPAÑA (7-14 de febrero)</b> 				MENESTRA DE VERDURAS REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA (3) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		POTAJE DE GARBANZOS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA DE LIMÓN (1,2,4,14) CON GUI SANTES YOGUR (7)	
		703 Kcal 21,5g Prot 113,4g Lip 50,5g Hc	5	522 Kcal 27,6g Prot 19,1g Lip 61,6g Hc	6	580 Kcal 31,2g Prot 28,6g Lip 52,1g Hc	7	529 Kcal 46,3g Prot 23,4g Lip 44,4g Hc	8
CREMA DE BRÓCOLI HUEVO FRITO (3) CON SALCHICHAS (6) CON PIMIENTOS FRITOS FRUTA		CODITOS CON CALABACÍN Y QUESO (1,3,3,7) CABRACHO EN SALSA DE TOMATE (2,4,14) FRUTA		SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de terne) FRUTA		JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON (6) POLLO AL CHILINDRON CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		ARROZ CON TOMATE FRITO CAZÓN AL HORNO (2,4,14) CON LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA YOGUR (7)	
553 Kcal 21,6g Prot 30,2g Lip 50,6g Hc	12	603 Kcal 16,4g Prot 30,2g Lip 68,3g Hc	13	551 Kcal 23,8g Prot 21,9g Lip 67,5g Hc	14	744 Kcal 35,2g Prot 32,4g Lip 80,3g Hc	15	640 Kcal 31g Prot 29g Lip 63,1g Hc	16
GUI SANTES REHOGADOS CON ZANAHORIA DADO TORTILLA CHARCUTERA (3,6,7) CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA		CREMA DE CALABACÍN FILETE DE MERLUZA REBOZADA (1,2,3,4,14) CON TOMATE FRITO FRUTA		PASTA CARBONARA (1,3,7) CINTA DE LOMO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		JUDIAS BLANCAS GUI SADAS BACALAO "A BRÁS" (2,3,4,14) CON VERDURAS FRUTA		SALTEADO DE VERDURAS RAGGOUT DE PAVO EN SALSA (1) CON ARROZ YOGUR (7)	
467 Kcal 10,5g Prot 19,3g Lip 66,2g Hc	19	664 Kcal 20,8g Prot 42,6g Lip 58,7g Hc	20	626 Kcal 31,5g Prot 24g Lip 73,1g Hc	21				
MACARRONES CON TOMATE Y QUESO (1,3,3,7) CABALLA (2,4,14) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABAZA FILETES RUSOS CASEROS (1,11) CON CHAMPIÑÓN REHOGADO FLAN CASERO (3,7)		SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de terne) FRUTA		 <b>FESTIVO</b>			
710 Kcal 15g Prot 24,5g Lip 110,4g Hc	26	531 Kcal 7,9g Prot 19,5g Lip 83,3g Hc	27	554 Kcal 21,8g Prot 29,4g Lip 56,9g Hc	28	677 Kcal 31,9g Prot 32,3g Lip 70,9g Hc	29		
VICHYSOISE (7) CROQUETAS CASERAS DE ATÚN (1,2,3,4,7,11,14) CON ARROZ FRUTA		PAELLA MARINERA (2,4,12,14) POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS CON LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA		<b>JORNADA GASTRONÓMICA ANDALUZA</b> 		PATATAS A LO POBRE CON PIMIENTOS Y CEBOLLA JUREL EN ADOBO (1,2,4,14) FRUTA		LENTEJAS CASERAS CON CHORIZO TORTILLA DE JAMÓN YORK (3,6) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA	