

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



Comaibel

¡FELIZ VUELTA AL COLE!



				727 Kcal 14,5g Prot 45,4g Lip 92,8g Hc	6	614 Kcal 17,2g Prot 27,1g Lip 73,8g Hc	7	666 Kcal 34,3g Prot 30,4g Lip 67,3g Hc	8
				FIDEUA CON TOMATE FRITO Y SALCHICHAS (1,3,6) PALITOS DE MERLUZA Y MINIEMPANADILLAS (1,2,3,4,6,7,14) CON LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA		LENTEJAS CASERAS (6) HUEVOS COCIDOS EN DOS SALSAS (1,3,7) FRUTA		CREMA DE CALABACIN LACON A LA GALLEGA CON PATATAS DADO FRUTA	
602 Kcal 29g Prot 17,7g Lip 83,2g Hc	11	592 Kcal 10,2g Prot 32,8g Lip 40,3g Hc	12	681 Kcal 31,8g Prot 33,3g Lip 66,2g Hc	13	631 Kcal 16,3g Prot 14,2g Lip 108,7g Hc	14	635 Kcal 31,9g Prot 24g Lip 75g Hc	15
ARROZ TRES DELICIAS (3,6) MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS (1,2,4,14) FRUTA		ENSALADILLA RUSA (2,3,4,7,14) JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS (6) TORTILLA DE QUESO (3,7) CON LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA YOGUR (7)		CREMA DE VERDURAS LASAGNA CASERA DE ATÚN (1,2,4,6,7,11,14) FRUTA		SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de ternera, gallina, tocino ibérico, codillo ibérico) FRUTA	
651 Kcal 26,6g Prot 17,2g Lip 74g Hc	18	613 Kcal 16,3g Prot 22,6g Lip 87,2g Hc	19	628 Kcal 19g Prot 37,1g Lip 41,6g Hc	20	724 Kcal 30,7g Prot 25,1g Lip 96,3g Hc	21	663 Kcal 31,5g Prot 30,3g Lip 68,7g Hc	22
ARROZ A LA MARINERA (2,4,12,14) TORTILLA ESPAÑOLA (3) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		ENSALADA DE PASTA (1,2,3,4,14) FILETE DE CABALLA EN SALSA DE TOMATE (1,2,4,14) CON MENESTRA FRUTA		GUISANTES CON JAMÓN CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO EN SU JUGO CON ARROZ AL CURRY (9,10) NATILLAS CASERAS (7)		LENTEJAS CON CHORIZO (6) CROQUETAS CASERAS DE PESCADO (1,2,3,4,7,11,14) CON LECHUGA Y REMOLACHA FRUTA		CREMA DE COLIFLOR CINTA DE LOMO EN SALSA CON ARROZ AL AJILLO FRUTA	
608 Kcal 11,5g Prot 20,2g Lip 73,8g Hc	25	659 Kcal 9g Prot 20,6g Lip 60,1g Hc	26	622 Kcal 35,4g Prot 31,8g Lip 49,8g Hc	27	694 Kcal 27,9g Prot 29,9g Lip 78,8g Hc	28	616 Kcal 26,5g Prot 25,7g Lip 73,6g Hc	29
MACARRONES CON TOMATE FRITO (1,3) MERLUZA EN SALSA VERDE (1,2,4,14) CON GUISANTES FRUTA		JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS TORTILLA DE CALABACÍN (3) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		MENESTRA DE VERDURAS REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO AL CHILINDRÓN CON CHAMPIÑÓN REHOGADO YOGUR (7)		SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de ternera, gallina, tocino ibérico, codillo ibérico) FRUTA		CREMA DE CALABAZA ALBONDIGAS CASERAS MIXTAS EN SALSA (1,11) CON ZANAHORIA DADO FRUTA	

Leyenda alérgenos

- 1 Gluten
- 2 Crustáceos
- 3 Huevos
- 4 Pescado
- 5 Cacahuets
- 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*

**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, pera, melón, sandía...

Vaso de Leche opcional