



Comaibel

Legenda 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, naranja, mandarina, pera...

Vaso de Leche opcional

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		620 Kcal 17,5g Prot 28g Lip 74,6g Hc	1	660 Kcal 21,2g Prot 27,5g Lip 80,6g Hc	2	629,4 Kcal 23,4g Prot 24,6g Lip 78,6g Hc	3	630,5 Kcal 21,8g Prot 21,7g Lip 87g Hc	4
		CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES (1) SABROSOS DE CALAMAR Y PALITOS DE MERLUZA (1,2,3,4,6,7,12,14) CON LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA MELOCOTÓN EN ALMIBAR		ARROZ CON POLLO TORTILLA DE CALABACÍN (3) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		MENESTRA DE VERDURAS REHOGADAS SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA ESPAÑOLA (1,3,6,9) CON ESPIRALES SALTEADAS AL AJILLO (1,3) FRUTA		SOPA MINISTRONE (1,3) (judía blanca, caracolas y menestra de verdura) PIZZA CASERA DE ATÚN, TOMATE, QUESO Y ORÉGANO (1,2,4,6,7,14) PANNA COTTA (7)	
626,2 Kcal 23,8g Prot 29g Lip 67,5g Hc	7	617 Kcal 34,1g Prot 23,9g Lip 68,7g Hc	8	624 Kcal 28g Prot 30,6g Lip 56,8g Hc	9	668 Kcal 27,6g Prot 30g Lip 70,7g Hc	10	608 Kcal 31,4g Prot 23,9g Lip 66,4g Hc	11
		CREMA DE COLIFLOR BACALAO ORLY CASERO (1,2,4,14) CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA		JUDÍAS VERDES REHOGADAS CONTRAMUSLOS DE POLLO AL CHILINDRON CON ARROZ INTEGRAL AL AJILLO FRUTA		MACARRONES A LA NAPOLITANA (tomate frito, pimienta, cebolla, queso) (1,3,3,7) FILETE PALOMETA EN SALSA DE VERDURAS (1,2,4,14) FRUTA		SOPA DE COCIDO (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de ternera, gallina, tocino ibérico, codillo ibérico) (6) FRUTA	
611 Kcal 18,7g Prot 24,2g Lip 77,5g Hc	14	632 Kcal 26,2g Prot 31,4g Lip 61,5g Hc	15	617 Kcal 28,2g Prot 22,4g Lip 77g Hc	16	606 Kcal 26,3g Prot 27,5g Lip 65,6g Hc	17	610 Kcal 23,6g Prot 27,5g Lip 70,4g Hc	18
		ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y york) (6) TORTILLA DE ATÚN (2,3,4,14) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		VICHYSSEOISE (7) CINTA DE LOMO EN SALSA (1,3,6,9) CON PATATAS AL HORNO YOGUR (7)		FIDEUA CON TOMATE FRITO Y SALCHICHAS (1,3,6) FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE LIMÓN (1,2,4,14) CON MENESTRA FRUTA		GUISANTES COCIDOS CON ZANAHORIA DADO RAGGOUT DE PAVO EN SALSA DE MANZANA (1) CON PATATAS DADO FRUTA	
696 Kcal 29,5g Prot 28,5g Lip 81,9g Hc	21	604 Kcal 23,2g Prot 22,8g Lip 67,3g Hc	22	608 Kcal 31,4g Prot 23,9g Lip 66,4g Hc	23	660 Kcal 24,2g Prot 25,6g Lip 71,9g Hc	24	651 Kcal 23,6g Prot 31,7g Lip 64g Hc	25
		LENTEJAS GUIADAS CON ARROZ (6) TORTILLA DE ESPINACAS (3) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		CREMA DE CALABACÍN Y PATATA CON PICATOSTES (1) FILETE DE LIMANDA CON SALSA DE TOMATE (1,2,4,14) NATILLAS CASERAS (3,6,7,8)		SOPA DE COCIDO CON FIDEOS (1,3) COCIDO COMPLETO (garbanzos, zanahoria, patata, chorizo, morcillo de ternera, gallina, tocino ibérico, codillo ibérico) (6) FRUTA		VERDURAS ESTOFADAS CON PATATAS (judía verde, coliflor, zanahoria, guisante) CONTRAMUSLO DE POLLO EMPANADO CASERO (1,11) CON KETCHUP FRUTA	
649,3 Kcal 18,6g Prot 28,8g Lip 78,2g Hc	28	681 Kcal 23,8g Prot 24g Lip 88,2g Hc	29	619 Kcal 33,5g Prot 23,1g Lip 71,7g Hc	30	595 Kcal 24,1g Prot 26,3g Lip 46,9g Hc	31		
		ARROZ A LA MILANESA (3,7) (arroz, tomate, zanahoria, cebolla y queso) HUEVOS FRITOS Y SALCHICHAS (3,6) CON LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA		CREMA DE VERDURAS LASAGNA CASERA DE CARNE MIXTA (1,6,7,11) YOGUR (7)		JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y CHORIZO FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE (1,2,4,14) CON GUISANTES REHOGADOS FRUTA		BRÓCOLI REHOGADO CON ZANAHORIA Y TOMATE JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO (1) CON PATATAS DADO FRUTA	

JORNADA GASTRONÓMICA ITALIANA