



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			602 Kcal 33,9g Prot 27,2g Lip 46,8g Hc	1	656 Kcal 19,1g Prot 39,9g Lip 70,5g Hc	2	599 Kcal 30,2g Prot 18,1g Lip 78,1g Hc	3
			LENTEJAS A LA JARDINERA SARDINILLAS (2,4,14) CON LECHUGA Y TOMATE NATILLAS CASERAS (7)		CREMA DE BRÓCOLI FILETES RUSOS sin gluten CASEROS CON KETCHUP Y PATATAS DADO FRUTA		ARROZ INTEGRAL DELICIAS (guisantes, zanahoria, huevo y york) (3,6) MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS alérgicos (2,4,14) FRUTA	

Días sin cole

					639 Kcal 15,8g Prot 26,9g Lip 80,4g Hc	9	634 Kcal 32,3g Prot 28,8g Lip 61g Hc	10
					CREMA DE VERDURAS SALCHICHAS DE PAVO (6) CON LECHUGA Y MAÍZ MELOCOTÓN EN ALMIBAR		POTAJE DE GARBANZOS (3) TORTILLA DE JAMÓN YORK (3,6) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA	

641 Kcal 87,1g Prot 32,7g Lip 62,3g Hc	13	624 Kcal 27,2g Prot 29,7g Lip 62,3g Hc	14	700 Kcal 32,5g Prot 22,3g Lip 91,9g Hc	15	593 Kcal 14,7g Prot 36g Lip 50g Hc	16	593 Kcal 32,6g Prot 22,8g Lip 64,6g Hc	17
SPAGUETTIS sin gluten CON TOMATE FRITO GRATINADOS CON QUESO (3,7) SAJONIA A LA GALLEGA YOGUR (7)		LENTEJAS CASERAS CON CHORIZO (6) TORTILLA DE ATÚN (2,3,4,14) CON LECHUGA Y TOMATE FRUTA		CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABAZA CON PICATOSTES SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA alérgicos CON ARROZ ECO BIZCOCHO CASERO alérgicos (6)		JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON TOMATE FRITO MERLUZA REBOZADA alérgicos (2,4,14) CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA		SOPA DE COCIDO con fideos sin gluten COCIDO COMPLETO (garbanzos, patata, chorizo, morcillo, tocino ibérico) (6) FRUTA	

628 Kcal 19,3g Prot 22,3g Lip 64g Hc	20	562 Kcal 26,6g Prot 35,7g Lip 32,7g Hc	21	767 Kcal 25,3g Prot 46,9g Lip 59,9g Hc	22			
ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria, huevo y york) POLLO AL LIMÓN alérgicos CON PATATAS DADO YOGUR (7)		ENTREMESES VARIADOS (Jamón serrano, chorizo y salchichón) (6,7) PERRITO CALIENTE alérgicos sin gluten (6,7) CON KETCHUP Y PATATAS PAJA CREMA BOMBON CHOCOLATE (7)		PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE FRITO HUEVOS EN DOS SALSAS (3,7) CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA				

JORNADA GASTRONÓMICA: CHINA



MENÚ ESPECIAL



Feliz Navidad

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

*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