



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<br>SARDINILLAS (2,4,14)<br>CON LECHUGA Y TOMATE<br>NATILLAS CASERAS sin leche (6) |   | CREMA DE BRÓCOLI<br>FILETES RUSOS CASEROS (1)<br>CON KETCHUP Y PATATAS DADO<br>FRUTA |   | <b>ARROZ INTEGRAL</b> DELICIAS<br>(guisantes, zanahoria, huevo y york)<br>(3,6)<br>MERLUZA EN SALSAS DE VERDURAS<br>(1,2,4,14)<br>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<br>SALCHICHAS DE PAVO (6)<br>CON LECHUGA Y MAÍZ<br>MELOCOTÓN EN ALMIBAR |   | POTAJE DE GARBANZOS (3)<br>TORTILLA DE JAMÓN YORK (3,6)<br>CON LECHUGA Y TOMATE<br>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 CON TOMATE FRITO (1,3)<br>SAJONIA A LA GALLEGA<br>YOGUR DE SOJA (6) |    | LENTEJAS CASERAS CON CHORIZO (6)<br>TORTILLA DE ATÚN (2,3,4,14)<br>CON LECHUGA Y TOMATE<br>FRUTA |    | CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABAZA CON PICATOSTES<br>SOLOMILLO DE CERDO EN SALSAS alérgicos<br>CON <b>ARROZ ECO</b><br>BIZCOCHO CASERO alérgicos (6) |    | JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON TOMATE FRITO<br>MERLUZA REBOZADA (1,2,3,4,14)<br>CON LECHUGA Y ZANAHORIA<br>FRUTA |    | SOPA DE COCIDO con <b>FIDEOS ECO</b> (1,3)<br>COCIDO COMPLETO (garbanzos, patata, chorizo, morcillo, tocino ibérico) (6)<br>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 |  |  |  |
| ROLLITO DE PRIMAVERA ALÉRGICOS (1)<br>POLLO AL LIMÓN (1)<br>CON PATATAS DADO<br>YOGUR DE SOJA (6) |    | ENTREMESES VARIADOS (JAMON YORK Y MORTADELA) (6)<br>PERRITO CALIENTE alérgicos con salchicha de pavo (1,6) CON KETCHUP Y PATATAS PAJA<br>YOGUR DE SOJA (6) |    | CODITOS CON TOMATE FRITO (1,3)<br>HUEVOS EN DOS SALSAS ALÉRGICOS (3,6)<br>CON LECHUGA Y ZANAHORIA<br>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](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, mandarina, pera...

Vaso de Leche opcional