

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

459 Kcal 8,5g Prot 13,1g Lip 78g Hc

644 Kcal 33,6g Prot 32,1g Lip 53,2g Hc

3

4



ARROZ CON TOMATE
POLLO ASADO
CON LECHUGA Y ZANAHORIA
NATILLAS CASERAS
ALÉRGICOS (SIN GLUTEN NI
LECHE)

CREMA DE ZANAHORIAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
CON PATATAS FRITAS
YOGUR (7)

800 Kcal 46,2g Prot 35g Lip 76,6g Hc

7

621 Kcal 66,4g Prot 76g Lip 70g Hc

8

818 Kcal 46,3g Prot 33,6g Lip 77,8g Hc

9

563 Kcal 28,7g Prot 20,1g Lip 66,7g Hc

10

596 Kcal 26,1g Prot 28,9g Lip 55,2g Hc

11

LENTEJAS CASERAS (6)
CAZÓN EN ADOBO (1,4)
CON LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA Y LECHE (7)

CÓDITOS (SIN GLUTEN NI
HUEVO) CON TOMATE FRITO Y
CHORIZO (6)
TERNERA EN SALSA
CON PATATAS FRITAS
FLAN CASERO ALÉRGICOS

MENESTRA DE VERDURAS
REHOGADAS
JAMONCITOS DE POLLO AL
CHILINDRÓN
CON PATATAS DADO
FRUTA Y LECHE (7)

SOPA DE COCIDO
(ALÉRGICOS)
COCIDO COMPLETO (6)
FRUTA Y LECHE (7)

PATATAS A LA MARINERA
(2,4,14)
PAVIA DE MERLUZA (1,4)
CON LECHUGA Y MAÍZ
HELADO

771 Kcal 25,6g Prot 24,2g Lip 112,5g Hc

14

649 Kcal 42,2g Prot 28,1g Lip 54g Hc

15

604 Kcal 33,3g Prot 22,9g Lip 66,2g Hc

16

612 Kcal 35g Prot 25,5g Lip 60,1g Hc

17

658 Kcal 37,2g Prot 28,6g Lip 64,6g Hc

18

ARROZ TRES DELICIAS (3,6)
CROQUETAS CASERAS DE
BACALAO (1,4)
CON LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA Y LECHE (7)

SOPA DE ESTRELLITAS
S/ GLUTEN
POLLO ASADO AL LIMÓN
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y LECHE (7)

MACARRONES (SIN GLUTEN NI
HUEVO) CON TOMATE Y ATÚN
(4)
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
CON LECHUGA Y ACEITUNAS
BOLLERÍA CASERA
ALÉRGICOS

PURÉ DE VERDURAS
RAGGOUT DE TERNERA EN
SALSA
Y ARROZ INTEGRAL
FRUTA Y LECHE (7)

JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS
(6)
FILETE DE PLATJA EN SALSA
DE TOMATE (4)
HELADO

718 Kcal 47,8g Prot 27,2g Lip 69,5g Hc

21

396 Kcal 5,8g Prot 26,1g Lip 35,5g Hc

22

563 Kcal 28,7g Prot 20,1g Lip 66,7g Hc

23

690 Kcal 35,7g Prot 22,1g Lip 86,6g Hc

24

586 Kcal 36,5g Prot 22,4g Lip 55,8g Hc

25

LENTEJAS RIOJANAS (6)
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
CON LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA Y LECHE (7)

CREMA DE CALABACÍN
POLLO ASADO
NATILLAS CASERAS
ALÉRGICOS (SIN GLUTEN NI
LECHE)

SOPA DE COCIDO
(ALÉRGICOS)
COCIDO COMPLETO (6)
FRUTA Y LECHE (7)

ARROZ CON TOMATE
SOLOMILLO DE CERDO
PLANCHA
CON LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA Y LECHE (7)

DÍA SIN GLUTEN
PATATAS GUIADAS CON
MAGRO
MERLUZA AL HORNO EN
SALSA VERDE (4)
YOGUR (7)

883 Kcal 37,6g Prot 39,3g Lip 96,3g Hc

28

542 Kcal 21,8g Prot 28,4g Lip 50,8g Hc

29

701 Kcal 46,8g Prot 25,5g Lip 70,7g Hc

30

703 Kcal 22g Prot 50,4g Lip 39,1g Hc

31

SPAGUETTIS CON TOMATE
FRITO Y CHORIZO (6)
VERBENA DE PESCADO
(ALÉRGICOS) (4)
CON LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA Y LECHE (7)

PURÉ DE VERDURAS
FILETE DE POLLO
CON PATATAS FRITAS
FLAN CASERO ALÉRGICOS

JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS
(6)
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
CON LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA Y LECHE (7)

SOPA DE PICADILLO (SIN
GLUTEN NI HUEVO) (6)
ALBÓNDIGAS EN SALSA
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y LECHE (7)



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.