

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

687 Kcal 14,9g Prot 28,1g Lip 102,1g Hc **3** 644 Kcal 33,6g Prot 32,1g Lip 53,2g Hc **4**

ARROZ CON TOMATE  
TORTILLA DE ATÚN (3,4)  
CON LECHUGA Y ZANAHORIA  
NATILLAS CASERAS (3,7)

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** 798 Kcal 71g Prot 78,6g Lip 102,7g Hc **8** 818 Kcal 46,3g Prot 33,6g Lip 77,8g Hc **9** 911 Kcal 40,1g Prot 41,5g Lip 93,4g 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)

CODITOS CON TOMATE FRITO  
Y CHORIZO (1,3,6)  
HUEVO FRITO (3)  
CON PATATAS FRITAS  
FLAN CASERO (3,7)

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

SOPA DE COCIDO (1,3)  
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** 653 Kcal 42,2g Prot 28,1g Lip 55,5g Hc **15** 691 Kcal 23,3g Prot 34,4g Lip 73,2g 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 (1,3)  
POLLO ASADO AL LIMÓN  
CON PATATAS FRITAS  
FRUTA Y LECHE (7)

MACARRONES CON TOMATE Y  
ATÚN (1,3,4)  
TORTILLA DE JAMON YORK  
(3,6)  
CON LECHUGA Y ACEITUNAS  
BOLLERÍA CASERA (1,3,7)

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

720 Kcal 34,8g Prot 29,8g Lip 79,1g Hc **21** 670 Kcal 64,8g Prot 83,7g Lip 66,2g Hc **22** 911 Kcal 40,1g Prot 41,5g Lip 93,4g 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)  
BOQUERONES EN TEMPURA  
(1,2,3,4,6,7,14)  
CON LECHUGA Y ZANAHORIA  
FRUTA Y LECHE (7)

CREMA DE CALABACÍN  
HUEVOS AL PLATO SOBRE  
PATATAS Y TOMATE (3)  
NATILLAS CASERAS DE  
CHOCOLATE (3,7)

SOPA DE COCIDO (1,3)  
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)

861 Kcal 25,4g Prot 41g Lip 99g Hc **28** 660 Kcal 24,5g Prot 31,4g Lip 71,6g Hc **29** 774 Kcal 31,8g Prot 36,9g Lip 79,1g Hc **30** 750 Kcal 20,6g Prot 48,2g Lip 58,7g Hc **31**

SPAGUETTIS CON TOMATE  
FRITO Y CHORIZO (6)  
VERBENA DE PESCADO  
(1,2,3,4,6,7,12,14)  
CON LECHUGA Y ACEITUNAS  
FRUTA Y LECHE (7)

PURÉ DE VERDURAS  
FILETE DE POLLO  
CON PATATAS FRITAS  
FLAN CASERO (3,7)

JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS  
(6)  
TORTILLA ESPAÑOLA (3)  
CON LECHUGA Y ACEITUNAS  
FRUTA Y LECHE (7)

SOPA DE PICADILLO (1,3)  
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](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.