

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

687 Kcal 14,9g Prot 28,1g Lip 102,1g Hc **3** 739 Kcal 33,6g Prot 43,2g Lip 53,7g Hc **4**

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

CREMA DE ZANAHORIAS
MERLUZA AL HORNO (4)
CON PATATAS FRITAS
YOGUR (7)

730 Kcal 44,2g Prot 28,4g Lip 75,9g Hc **7** 724 Kcal 69g Prot 70,9g Lip 103,9g Hc **8** 818 Kcal 46,3g Prot 33,6g Lip 77,8g Hc **9** 572 Kcal 27,3g Prot 14g Lip 83,1g Hc **10** 596 Kcal 26,1g Prot 28,9g Lip 55,2g Hc **11**

LENTEJAS CON VERDURAS
(SIN CARNE)
CAZÓN EN ADOBO (1,4)
CON LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA Y LECHE (7)

CODITOS CON TOMATE FRITO
(1,3)
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 (SIN CARNE)
(1,3)
COCIDO COMPLETO (SIN
CERDO)
FRUTA Y LECHE (7)

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

752 Kcal 24,7g Prot 21,8g Lip 113,8g Hc **14** 676 Kcal 43,3g Prot 26,4g Lip 63,8g Hc **15** 616 Kcal 20,1g Prot 27,5g Lip 73,2g Hc **16** 612 Kcal 35g Prot 25,5g Lip 60,1g Hc **17** 593 Kcal 35,2g Prot 24g Lip 60,5g Hc **18**

ARROZ CON VERDURAS
CROQUETAS CASERAS DE
BACALAO (1,4)
CON LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA Y LECHE (7)

SOPA DE ESTRELLITAS (SIN
CARNE) (1,3)
POLLO ASADO AL LIMÓN
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y LECHE (7)

MACARRONES CON TOMATE Y
ATÚN (1,3,4)
TORTILLA FRANCESA (3)
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
(SIN CARNE)
FILETE DE PLATJA EN SALSA
DE TOMATE (4)
HELADO

650 Kcal 32,8g Prot 23,3g Lip 78,2g Hc **21** 670 Kcal 64,8g Prot 83,7g Lip 66,2g Hc **22** 572 Kcal 27,3g Prot 14g Lip 83,1g Hc **23** 660 Kcal 20,5g Prot 25,4g Lip 86,5g Hc **24** 450 Kcal 29,6g Prot 12,1g Lip 52,6g Hc **25**

LENTEJAS CON VERDURAS
(SIN CARNE)
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 (SIN CARNE)
(1,3)
COCIDO COMPLETO (SIN
CERDO)
FRUTA Y LECHE (7)

ARROZ CON TOMATE
TORTILLA FRANCESA (3)
CON LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA Y LECHE (7)

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

787 Kcal 23,5g Prot 33,3g Lip 100,1g Hc **28** 660 Kcal 24,5g Prot 31,4g Lip 71,6g Hc **29** 709 Kcal 29,8g Prot 32,2g Lip 74,9g Hc **30** 749 Kcal 38,1g Prot 45,7g Lip 45,3g Hc **31**

SPAGUETTIS CON TOMATE
FRITO
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
(SIN CARNE)
TORTILLA ESPAÑOLA (3)
CON LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA Y LECHE (7)

SOPA DE FIDEOS (SIN
LEGUMBRE Y SIN MAÍZ)
MERLUZA AL HORNO (4)
CON PATATAS FRITAS
FRUTA Y LECHE (7)



Leyenda 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.