Colectividades Chabe

Hipocalórico
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

rico, sano ...de aquí

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 596 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Orange Pan Bread 1	**4** 524 Kcal 37 Gr 26 Prot 74 HC 3,3 AGS Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Tortilla francesa con rod.tomate . omelette& tomatoes 3 Plátano Banana Pan Integral Bread 1	**5** 507 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo a la plancha con lechuga Chicken fillet with lettuce Pera Pear Pan Bread 1	**6** 510 Kcal 27 Gr 41 Prot 116 HC 5,7 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura Chickpeas with chicken,&veg. 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
9 559 Kcal 36 Gr 39 Prot 104 HC 0,0 AGS Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo al horno c/maíz y lech. Pollock in with salad 4-10T Manzana Apple Pan Integral Bread 1	**10** 566 Kcal 36 Gr 33 Prot 100 HC 2,0 AGS Lentejas estofadas.c/verduras. Home-style lentils 1T-10T Tortilla francesa c/tomate fresco. omelette with tomato slice 3 Naranja Orange Pan Bread 1	**11** 576 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo al limón c/patatas a lo pobre. Lemon chicken drumsticks&potatoes Plátano Banana Pan Integral Bread 1	**12** 536 Kcal 23 Gr 30 Prot 129 HC 0,9 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza al horno c/lechuga y zanah. hake with salad 4-5T-6T Pera Pear Pan Bread 1	**13** 559 Kcal 29 Gr 36 Prot 133 HC 5,0 AGS Macarrones integrales salteados pasta with tomate1-3T-8T-10T-11T Crema de guisantes. Green peas cream 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
16 522 Kcal 44 Gr 38 Prot 124 HC 6,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta salteada c/albahaca Pasta 1-3T-8T-11T Escalopines a las finas hierbas c/lechuga y maiz Veal scalopes with fine herbs&salad 10T Manzana Apple Pan Integral Bread 1	**17** 547 Kcal 18 Gr 35 Prot 129 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura Chickpeas with chicken&veg. 10T Naranja Orange Pan Bread 1	**18** 560 Kcal 34 Gr 38 Prot 77 HC 2,7 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T F.de pollo al horno con patatas. Chiccken with potatoes Plátano Banana Pan Integral Bread 1	**19** 528 Kcal 28 Gr 19 Prot 129 HC 1,9 AGS Arroz blanco rehogado con ajo y perejil. Rice sauteed Tortilla francesa c/ens.de maíz. omelette with corn 3 Pera Pear Pan Bread 1	**20** 589 Kcal 33 Gr 45 Prot 94 HC 3,5 AGS Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
23 526 Kcal 37 Gr 37 Prot 89 HC 3,0 AGS Lentejas eco c/pimiento,cebolla, zanah. Stewed organic lentils w.vegetables 1T Huevos revueltos con lechuga y zanah. Scrambled egg and salad 3 Manzana Apple Pan Integral Bread 1	**24** 529 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo c/ajo y limón y rod.tomate. Pollock with garlic,lemon&tomato slice 4 Naranja Orange Pan Bread 1	**25** 579Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo c/puré de patata Baked chicken thigh w.mashed potatoes 13 Plátano Banana Pan Integral Bread 1	**26** 593 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Pear Pan Bread 1	**27** 544 Kcal 39 Gr 24 Prot 120 HC 2,4 AGS Coditos rehogados c/ orégano. Pasta with oregano 1-3T-8T-11T Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
30 530 Kcal 44 Gr 36 Prot 142 HC 7,0 AGS Arroz salteado Rice sauteéd Caldereta de magro a la jardinera. Lean pork with vegetables Manzana Apple Pan Integral Bread 1				

ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad · Integral · Ecológico · new Producto nuevo · T Temporada

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAb00337. Departamento de Nutrición

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin pescado
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 696 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Pollo a la palncha c/lechuga y zanah. Chciken fillet Naranja Orange T Pan Bread 1	**4** 624 Kcal 37 Gr 26 Prot 74 HC 3,3 AGS Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Tortilla de patata con rod.tomate . Spanish potato omelette& tomatoes 3 Plátano Banana T Pan Integral Bread 1	**5** 607 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado con lechuga Chicken fillet with lettuce 1 Pera Pear T Pan Bread 1	**6** 610 Kcal 27 Gr 41 Prot 116 HC 5,7 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
9 659 Kcal 36 Gr 39 Prot 104 HC 0,0 AGS Vichyssoisse (patata y puerro). Vichyssoise Filete de pollo al jillo c/maíz y lech. Garlic chicken fillet with salad Manzana Apple T Pan Integral Bread 1	**10** 666 Kcal 36 Gr 33 Prot 100 HC 2,0 AGS Lentejas estofadas.c/verduras. Home-style lentils 1T-10T Tortilla de queso c/tomate fresco. Cheese omelette with tomato slice 2-3 Naranja Orange T Pan Bread 1	**11** 676 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo al limón c/patatas a lo pobre. Lemon chicken drumsticks&potatoes Plátano Banana T Pan Integral Bread 1	**12** 636 Kcal 23 Gr 30 Prot 129 HC 0,9 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Lacón a la plancha c/lechuga y zanah. Pork fillet with salad Pera Pear T Pan Bread 1	**13** 659 Kcal 29 Gr 36 Prot 133 HC 5,0 AGS Macarrones int a la boloñesa. Bolognesa pasta 1-3T-8T-10T-11T Crema de guisantes. Green peas cream 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
16 612 Kcal 44 Gr 38 Prot 124 HC 6,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta al pesto (aceite y albahaca) Pasta 1-3T-8T-11T Escalopines a las finas hierbas c/lechuga y maiz Veal scalopes with fine herbs&salad 10T Manzana Apple T Pan Integral Bread 1	**17** 647 Kcal 18 Gr 35 Prot 129 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Naranja Orange T Pan Bread 1	**18** 660 Kcal 34 Gr 38 Prot 77 HC 2,7 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T Lasaña casera de ternera sin leche Homemade beef lasagne 1-3T-8T-10T-11T Plátano Banana T Pan Integral Bread 1	**19** 628 Kcal 28 Gr 19 Prot 129 HC 1,9 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Tortilla de calabacin c/ens.de maíz. Zucchini omelette with corn 3 Pera Pear T Pan Bread 1	**20** 689 Kcal 33 Gr 45 Prot 94 HC 3,5 AGS Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T F.de pollo al horno rodaja de tomate. Baked chicken fillet with vegetables Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
23 626 Kcal 37 Gr 37 Prot 89 HC 3,0 AGS Lentejas eco c/pimiento,cebolla, zanah. Stewed organic lentils w.vegetables 1T Huevos revueltos c/jamón york y lechuga y zanah. Scrambled egg with ham and salad 3 Manzana Apple T Pan Integral Bread 1	**24** 672 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Lomo a la plancha c/ rod.tomate. Pork fillet&tomato slice Naranja Orange T Pan Bread 1	**25** 679 Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo c/puré de patata Baked chicken thigh w.mashed potatoes 13 Plátano Banana T Pan Integral Bread 1	**26** 693 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Pear T Pan Bread 1	**27** 644 Kcal 39 Gr 24 Prot 120 HC 2,4 AGS Coditos c/salsa de tomate y orégano. Pasta with tomato and oregano 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con ens. Omelette with salad 3 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
30 630 Kcal 44 Gr 36 Prot 142 HC 7,0 AGS Arroz meloso Mellow rice 2 new Caldereta de magro a la jardinera. Lean pork with vegetables Manzana Apple T Pan Integral Bread 1				



ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad · Integral · Ecológico · new Producto nuevo · T Temporada

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAb00337. Departamento de Nutrición

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin cerdo
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA

rico, sano ...de aquí

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 696 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**4** 624 Kcal 37 Gr 26 Prot 74 HC 3,3 AGS Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Tortilla de patata con rod.tomate . Spanish potato omelette& tomatoes 3 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**5** 607 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado al horno c/lechuga Baked breaded chicken 1 Pera Fruit T Pan Bread 1	**6** 603 Kcal 31 Gr 31 Prot 116 HC 3,0 AGS Sopa de cocido c/fideo integral.s/cerdo Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-11T Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
9 659 Kcal 36 Gr 39 Prot 104 HC 0,0 AGS Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo en salsa verde c/maíz y lech. Pollock in green sauce with salad 4-10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**10** 666 Kcal 36 Gr 33 Prot 100 HC 2,0 AGS Lentejas estofadas.c/verduras. Home-style lentils 1T-10T Tortilla de queso c/tomate fresco. Cheese omelette with tomato slice 2-3 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**11** 676 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo asados al limón c/patatas a lo pobre. Roast chicken drumsticks&potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**12** 636 Kcal 23 Gr 30 Prot 129 HC 0,9 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza a la romana (harina y huevo) c/lechuga y zanah. Breaded hake with salad 3-4-5T-6T Pera Fruit T Pan Bread 1	**13** 659 Kcal 29 Gr 36 Prot 133 HC 5,0 AGS Macarrones int con salsa de tomate Pasta with tomato sauece 1-3T-8T-11T Crema de guisantes. Green peas cream 10T new Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
16 644 Kcal 31 Gr 30 Prot 113 HC 3,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta al pesto (aceite y albahaca) Pasta 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz. Tuna omelett & salad 3 Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**17** 607 Kcal 28 Gr 28 Prot 130 HC 0,6 AGS Sopa de cocido c/fideo integral.s/cerdo Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-11T Garbanzos,pollo y verduras. Chickpea, chicken and vegetable stew Naranja Fruit T Pan Bread 1	**18** 637 Kcal 32 Gr 35 Prot 81 HC 0,9 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T Lasaña casera de ternera Homemade beef lasagne 1-2-3T-8T-10T-11T Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**19** 628 Kcal 28 Gr 19 Prot 129 HC 1,9 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Tortilla de calabacin c/ens.de maíz. Zucchini omelette with corn 3 Pera Fruit T Pan Bread 1	**20** 689 Kcal 33 Gr 45 Prot 94 HC 3,5 AGS Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
23 626 Kcal 37 Gr 37 Prot 89 HC 3,0 AGS Lentejas eco c/pimiento,cebolla, zanah. Stewed organic lentils w.vegetables 1T Huevos revueltos con lechuga y zanah. Scrambled egg with salad 3 Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**24** 672 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo en salsa c/ajo y perejil y tomate. Pollock in garlic&parsley sauce 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**25** 679 Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo asado c/puré de patata Roast chicken thigh&mash 13 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**26** 693 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Fruit T Pan Bread 1	**27** 663 Kcal 47 Gr 25 Prot 128 HC 7,2 AGS Coditos c/salsa de tomate y orégano. Pasta with tomato and oregano 1-3T-8T-11T Empanadillas de atún c/ensalada Patties with lettuce 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
30 609 Kcal 26 Gr 30 Prot 134 HC 3,0 AGS Arroz meloso Mellow rice 2 new Tortilla francesa con verduritas. Omelette with vegetables 3 Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1				



ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad Integral Ecológico new Producto nuevo T Temporada



Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MA00337. Departamento de Nutrición.

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin gluten
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 609 **Kcal** 27 **Gr** 29 **Prot** 93 **HC** 8,1 **AGS** Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**4** 616 **Kcal** 33 **Gr** 20 **Prot** 57 **HC** 3,3 **AGS** Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Tortilla de patata con rod.tomate . Spanish potato omelette& tomatoes 3 Plátano Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**5** 617 **Kcal** 29 **Gr** 24 **Prot** 70 **HC** 1,0 **AGS** Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado (h.maíz) al horno c/lechuga Baked breaded chicken Pera Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**6** 692 **Kcal** 38 **Gr** 30 **Prot** 100 **HC** 5,4 **AGS** Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread
9 681 **Kcal** 31 **Gr** 29 **Prot** 105 **HC** 0,0 **AGS** Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo en salsa verde c/maíz y lech. Pollock in green sauce with salad 4-10T Manzana Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**10** 672 **Kcal** 36 **Gr** 15 **Prot** 48 **HC** 1,7 **AGS** Verdura rehogada Sautéed vegetables Tortilla de queso c/tomate fresco. Cheese omelette with tomato slice 2-3 Naranja Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**11** 668 **Kcal** 29 **Gr** 27 **Prot** 91 **HC** 1,9 **AGS** Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo asados al limón c/patatas a lo pobre. Roast chicken drumsticks&potatoes Plátano Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**12** 649 **Kcal** 25 **Gr** 27 **Prot** 109 **HC** 0,9 **AGS** Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza a la romana (harina y huevo) c/lechuga y zanah. Breaded hake with salad 3-4-5T-6T Pera Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**13** 680 **Kcal** 32 **Gr** 17 **Prot** 98 **HC** 2,5 **AGS** Pasta sin gluten al ajillo G/f sautéed pasta with garlic Crema de guisantes. Green peas cream 10T Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread
16 634 **Kcal** 39 **Gr** 28 **Prot** 122 **HC** 6,0 **AGS** **Jornada Italiana** Pasta s/g al pesto (aceite y albahaca) Pasta Escalopines al horno c/finas hierbas, lechuga y maíz Baked veal scalopes&salad 10T Manzana Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**17** 629 **Kcal** 29 **Gr** 24 **Prot** 113 **HC** 0,9 **AGS** Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Naranja Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**18** 695 **Kcal** 31 **Gr** 32 **Prot** 68 **HC** 2,7 **AGS** Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T F.de pollo al horno con patatas. Chiccken with potatoes Plátano Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**19** 641 **Kcal** 29 **Gr** 15 **Prot** 109 **HC** 1,9 **AGS** Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Tortilla de calabacin c/ens.de maíz. Zucchini omelette with corn 3 Pera Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**20** 602 **Kcal** 35 **Gr** 41 **Prot** 73 **HC** 3,5 **AGS** Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread
23 688 **Kcal** 33 **Gr** 27 **Prot** 88 **HC** 3,0 **AGS** Crema de verduras frescas. Vegetable cream 10T Huevos revueltos c/jamón york y lechuga y zanah. Scrambled egg with ham and salad 3 Manzana Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**24** 685 **Kcal** 25 **Gr** 26 **Prot** 87 **HC** 0,1 **AGS** Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo en salsa c/ajo y perejil y tomate. Pollock in garlic&parsley sauce 4 Naranja Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**25** 671 **Kcal** 31 **Gr** 25 **Prot** 70 **HC** 1,1 **AGS** Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo asado c/puré de patata Roast chicken thigh&mash 13 Plátano Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**26** 606 **Kcal** 29 **Gr** 40 **Prot** 105 **HC** 1,3 **AGS** Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Fruit T Pan sin gluten G/f bread	**27** 663 **Kcal** 46 **Gr** 27 **Prot** 93 **HC** 3,2 **AGS** Pasta s/g con tomate y orégano. G/f pasta with tomato sauce and oregano Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread
30 622 **Kcal** 41 **Gr** 30 **Prot** 125 **HC** 7,0 **AGS** Arroz meloso Mellow rice 2 new Caldereta de magro estofada. Stewed lean pork with vegetables Manzana Fruit T Pan sin gluten G/f bread				



ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad Integral Ecológico new Producto nuevo T Temporada



Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MA00337. Departamento de Nutrición.

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin huevo
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

rico, sano ...de aquí

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 696 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**4** 638 Kcal 31 Gr 21 Prot 71 HC 1,3 AGS Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Lacón al horno con rodaja de tomate Lacón baked with tomato slice Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**5** 607 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado al horno c/lechuga Baked breaded chicken 1 Pera Fruit T Pan Bread 1	**6** 679 Kcal 37 Gr 34 Prot 120 HC 5,4 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
9 689 Kcal 35 Gr 35 Prot 122 HC 0,0 AGS Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo en salsa verde c/maíz y lech. Pollock in green sauce with salad 4-10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**10** 604 Kcal 29 Gr 38 Prot 95 HC 2,6 AGS Lentejas estofadas.c/verduras. Home-style lentils 1T-10T Lomo a la plancha c/tomate fresco Pork loin with tomato salad Naranja Fruit T Pan Bread 1	**11** 676 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo asados al limón c/patatas a lo pobre. Roast chicken drumsticks&potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**12** 693 Kcal 22 Gr 27 Prot 124 HC 0,2 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza a la romana (harina maiz) y c/lechuga y maiz Breaded hake with salad 4-5T-6T Pera Fruit T Pan Bread 1	**13** 667 Kcal 31 Gr 21 Prot 118 HC 2,5 AGS Pasta sin gluten a la boloñesa G/f bolognesa pasta Crema de guisantes. Green peas cream 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
16 642 Kcal 43 Gr 34 Prot 139 HC 6,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta s/g al pesto (aceite y albahaca) Pasta Escalopines al horno c/finas hierbas, lechuga y maíz Baked veal scalopes&salad 10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**17** 672 Kcal 28 Gr 25 Prot 125 HC 0,6 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Naranja Fruit T Pan Bread 1	**18** 604 Kcal 34 Gr 39 Prot 85 HC 2,7 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T F.de pollo al horno con patatas. Chiccken with potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**19** 678 Kcal 34 Gr 33 Prot 125 HC 1,1 AGS Pasta s/g salteada c/verduras. G/f pasta with vegetables Filete de pollo a la plancha c/ens.maiz Grilled chicken fillet w/corn Pera Fruit T Pan Bread 1	**20** 689 Kcal 33 Gr 45 Prot 94 HC 3,5 AGS Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
23 611 Kcal 34 Gr 41 Prot 89 HC 3,0 AGS Lentejas eco c/pimiento,cebolla, zanah. Stewed organic lentils w.vegetables 1T Lomo a la plancha c/lechuga y zanah. Grilled strip of loin with salad Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**24** 672 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo en salsa c/ajo y perejil y tomate. Pollock in garlic&parsley sauce 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**25** 679 Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo asado c/puré de patata Roast chicken thigh&mash 13 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**26** 693 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Fruit T Pan Bread 1	**27** 650 Kcal 45 Gr 31 Prot 113 HC 3,2 AGS Pasta s/g con tomate y orégano. G/f pasta with tomato sauce and oregano Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
30 630 Kcal 44 Gr 36 Prot 142 HC 7,0 AGS Arroz meloso Mellow rice 2 new Caldereta de magro estofada. Stewed lean pork with vegetables Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1				





ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad · Integral · Ecológico · new Producto nuevo · T Temporada

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MA00337. Departamento de Nutrición.

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin leche, plv y lactosa
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

IAS ACCREDITED ISO 22000:2018 STAREGISTER

IAS ACCREDITED ISO 14001:2015 STAREGISTER

MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA

rico, sano ...de aquí

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 696 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**4** 624 Kcal 37 Gr 26 Prot 74 HC 3,3 AGS Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Tortilla de patata con rod.tomate . Spanish potato omelette& tomatoes 3 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**5** 607 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado al horno c/lechuga Baked breaded chicken 1 Pera Fruit T Pan Bread 1	**6** 682 Kcal 28 Gr 44 Prot 107 HC 3,3 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
9 659 Kcal 36 Gr 39 Prot 104 HC 0,0 AGS Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo en salsa verde c/maíz y lech. Pollock in green sauce with salad 4-10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**10** 655 Kcal 26 Gr 32 Prot 95 HC 3,1 AGS Lentejas estofadas.c/verduras. Home-style lentils 1T-10T Tortilla francesa con tomate fresco French omelette with tomato slice 3 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**11** 676 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo asados al limón c/patatas a lo pobre. Roast chicken drumsticks&potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**12** 636 Kcal 23 Gr 30 Prot 129 HC 0,9 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza a la romana (harina y huevo) c/lechuga y zanah. Breaded hake with salad 3-4-5T-6T Pera Fruit T Pan Bread 1	**13** 684 Kcal 29 Gr 38 Prot 113 HC 2,7 AGS Macarrones int a la boloñesa. Bolognesa pasta 1-3T-8T-10T-11T new Crema de guisantes. Green peas cream 10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
16 612 Kcal 44 Gr 38 Prot 124 HC 6,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta al pesto (aceite y albahaca) Pasta 1-3T-8T-11T Escalopines al horno c/finas hierbas, lechuga y maíz Baked veal scalopes&salad 10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**17** 647 Kcal 18 Gr 35 Prot 129 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Naranja Fruit T Pan Bread 1	**18** 604 Kcal 34 Gr 39 Prot 85 HC 2,7 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T Lasaña casera de ternera Homemade beef lasagne 1-3T-8T-10T-11T Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**19** 625 Kcal 28 Gr 22 Prot 123 HC 2,1 AGS Fideuá c/pimiento rojo,verde y zanah. Vegetable fideuá 1-3T-8T-10T-11T Tortilla de calabacin c/ens.de maíz. Zucchini omelette with corn 3 Pera Fruit T Pan Bread 1	**20** 662 Kcal 34 Gr 48 Prot 85 HC 1,2 AGS Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 T Pan Bread 1
23 626 Kcal 37 Gr 37 Prot 89 HC 3,0 AGS Lentejas eco c/pimiento,cebolla, zanah. Stewed organic lentils w.vegetables 1T Huevos revueltos c/jamón york y lechuga y zanah. Scrambled egg with ham and salad 3 Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**24** 672 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo en salsa c/ajo y perejil y tomate. Pollock in garlic&parsley sauce 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**25** 679 Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo asado c/puré de patata Roast chicken thigh&mash 13 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**26** 693 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream T Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Fruit T Pan Bread 1	**27** 635 Kcal 47 Gr 37 Prot 89 HC 0,9 AGS Coditos c/salsa de tomate y orégano. Pasta with tomato and oregano 1-3T-8T-11T Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 T Pan Bread 1
30 602 Kcal 43 Gr 35 Prot 139 HC 6,0 AGS Arroz meloso (sin lácteos) Mellow rice new Caldereta de magro estofada. Stewed lean pork with vegetables Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1				





ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad · Integral · Ecológico · new Producto nuevo · T Temporada

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MA00337. Departamento de Nutrición.

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin leche,plv, lactosa,j blanca,pinta,verde,lenteja y sin huevo (tortilla o revuelto)

C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA

rico, sano ...de aquí

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 696 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**4** 682 Kcal 31 Gr 18 Prot 62 HC 1,3 AGS Verdura rehogada Sautéed vegetables Lacón al horno con rodaja de tomate Lacón baked with tomato slice Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**5** 607 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado al horno c/lechuga Baked breaded chicken 1 Pera Fruit T Pan Bread 1	**6** 682 Kcal 28 Gr 44 Prot 107 HC 3,3 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
9 659 Kcal 36 Gr 39 Prot 104 HC 0,0 AGS Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo en salsa verde c/maíz y lech. Pollock in green sauce with salad 4-10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**10** 697 Kcal 28 Gr 24 Prot 63 HC 2,3 AGS Verdura rehogada Sautéed vegetables Lomo a la plancha c/tomate fresco Pork loin with tomato salad Naranja Fruit T Pan Bread 1	**11** 676 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo asados al limón c/patatas a lo pobre. Roast chicken drumsticks&potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**12** 636 Kcal 23 Gr 30 Prot 129 HC 0,9 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza a la romana (harina y huevo) c/lechuga y zanah. Breaded hake with salad 3-4-5T-6T Pera Fruit T Pan Bread 1	**13** 684 Kcal 29 Gr 38 Prot 113 HC 2,7 AGS Macarrones int a la boloñesa Bolognesa pasta 1-3T-8T-11T new Crema de guisantes. Green peas cream 10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
16 612 Kcal 44 Gr 38 Prot 124 HC 6,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta al pesto (aceite y albahaca) Pasta 1-3T-8T-11T Escalopines al horno c/finas hierbas, lechuga y maíz Baked veal scalopes&salad 10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**17** 647 Kcal 18 Gr 35 Prot 129 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T Naranja Fruit T Pan Bread 1	**18** 604 Kcal 34 Gr 39 Prot 85 HC 2,7 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T Lasaña casera de ternera sin leche Homemade beef lasagne 1-3T-8T-10T-11T Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**19** 644 Kcal 33 Gr 45 Prot 116 HC 1,6 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Filete de pollo a la plancha c/ens. maíz Baked chicken fillet with salad Pera Fruit T Pan Bread 1	**20** 633 Kcal 38 Gr 36 Prot 86 HC 1,0 AGS Arroz salteado Sauteed rice Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 T Pan Bread 1
23 681 Kcal 34 Gr 36 Prot 105 HC 2,0 AGS Crema de verduras frescas. Vegetable cream 10T Lomo a la plancha c/lechuga y zanah. Grilled strip of loin with salad Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**24** 672 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo en salsa c/ajo y perejil y tomate. Pollock in garlic&parsley sauce 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**25** 679 Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo asado c/puré de patata Roast chicken thigh&mash 13 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**26** 693 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream T Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Fruit T Pan Bread 1	**27** 635 Kcal 47 Gr 37 Prot 89 HC 0,9 AGS Coditos c/salsa de tomate y orégano. Pasta with tomato and oregano 1-3T-8T-11T Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 T Pan Bread 1
30 602 Kcal 43 Gr 35 Prot 139 HC 6,0 AGS Arroz meloso (sin lácteos) Mellow rice new Caldereta de magro estofada. Stewed lean pork with vegetables Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1				



ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad Integral Ecológico new Producto nuevo T Temporada



Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MA00337. Departamento de Nutrición.

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

Sin leche, plv y lactosa y sin azúcares añadidos
C.E.I.P. Clara Campoamor

Noviembre 2026

MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA

rico, sano ...de aquí

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday
2 **Festivo**	**3** 696 Kcal 26 Gr 32 Prot 114 HC 8,1 AGS Arroz campesina c/cebolla,pimiento,zanah. Rice with vegetables Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**4** 624 Kcal 37 Gr 26 Prot 74 HC 3,3 AGS Judías verdes rehog.c/zanahoria. Sautéed green beans with carrots 10T Tortilla de patata con rod.tomate . Spanish potato omelette& tomatoes 3 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**5** 607 Kcal 27 Gr 28 Prot 89 HC 1,0 AGS Guiso de patatas de la huerta. Stewed potatoes with vegetables F.de pollo empanado al horno c/lechuga Baked breaded chicken 1 Pera Fruit T Pan Bread 1	**6** 682 Kcal 28 Gr 44 Prot 107 HC 3,3 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,verduraChickpeas with chicken,&veg. 10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
9 659 Kcal 36 Gr 39 Prot 104 HC 0,0 AGS Vichysoisse (patata y puerro). Vichyssoise Abadejo en salsa verde c/maíz y lech. Pollock in green sauce with salad 4-10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**10** 655 Kcal 26 Gr 32 Prot 95 HC 3,1 AGS Lentejas estofadas.c/verduras. Home-style lentils 1T-10T Tortilla francesa con tomate fresco French omelette with tomato slice 3 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**11** 676 Kcal 33 Gr 33 Prot 108 HC 1,9 AGS Coliflor con ajo y pimentón vegetables sauteéd 10T Jamoncitos de pollo asados al limón c/patatas a lo pobre. Roast chicken drumsticks&potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**12** 636 Kcal 23 Gr 30 Prot 129 HC 0,9 AGS Paella de verduras. Vegetable Paella Merluza a la romana (harina y huevo) c/lechuga y zanah. Breaded hake with salad 3-4-5T-6T Pera Fruit T Pan Bread 1	**13** 684 Kcal 29 Gr 38 Prot 113 HC 2,7 AGS Macarrones int pasta sauteéd 1-3T-8T-10T-11T Crema de guisantes. Green peas cream 10T new Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
16 612 Kcal 44 Gr 38 Prot 124 HC 6,0 AGS **Jornada Italiana** Pasta al pesto (aceite y albahaca) Pasta 1-3T-8T-11T Escalopines al horno c/finas hierbas, lechuga y maíz Baked veal scalopes&salad 10T Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**17** 647 Kcal 18 Gr 35 Prot 129 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup&wholewheat noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo y verduras. Chickpea, chicken and vegetable stew Naranja Fruit T Pan Bread 1	**18** 604 Kcal 34 Gr 39 Prot 85 HC 2,7 AGS Brócoli con zanahorias al horno. Baked broccoli with carrots 10T F.de pollo al horno con patatas. Chiccken with potatoes Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**19** 625 Kcal 28 Gr 22 Prot 123 HC 2,1 AGS Fideuá c/pimiento rojo,verde y zanah. Vegetable fideuá 1-3T-8T-10T-11T Tortilla de calabacin c/ens.de maíz. Zucchini omelette with corn 3 Pera Fruit T Pan Bread 1	**20** 662 Kcal 34 Gr 48 Prot 85 HC 1,2 AGS Empedrado de alubias blancas c/verd. Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno con rodaja de tomate. Baked salmon with vegetables 4-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 T Pan Bread 1
23 626 Kcal 37 Gr 37 Prot 89 HC 3,0 AGS Lentejas eco c/pimiento,cebolla, zanah. Stewed organic lentils w.vegetables 1T Huevos revueltos c/ lechuga y zanah. Scrambled egg with salad 3 Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1	**24** 672 Kcal 23 Gr 29 Prot 108 HC 0,1 AGS Arroz int.salteado con verduritas. Stir- fried brown rice&vegetables Abadejo en salsa c/ajo y perejil y tomate. Pollock in garlic&parsley sauce 4 Naranja Fruit T Pan Bread 1	**25** 679 Kcal 35 Gr 31 Prot 87 HC 1,1 AGS Menestra de verduras rehogada. Sautéed vegetables Contramuslo de pollo asado c/puré de patata Roast chicken thigh&mash 13 Plátano Fruit T Pan Integral Bread 1	**26** 693 Kcal 28 Gr 44 Prot 126 HC 1,3 AGS Puré de patata, calabacín y acelgas. Vegetable cream Potaje de garbanzos c/pollo Chickpeas stewed with chicken Pera Fruit T Pan Bread 1	**27** 635 Kcal 47 Gr 37 Prot 89 HC 0,9 AGS Coditos en blanco c/ orégano. Pasta with oregano 1-3T-8T-11T Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 T Pan Bread 1
30 602 Kcal 43 Gr 35 Prot 139 HC 6,0 AGS Arroz meloso (sin lácteos) Mellow rice new Caldereta de magro estofada. Stewed lean pork with vegetables Manzana Fruit T Pan Integral Bread 1				





ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 0-

Proximidad · Integral · Ecológico · new Producto nuevo · T Temporada

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MA00337. Departamento de Nutrición.

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO

Para cualquier consulta podrán contactar con el Dpto. Nutrición: 917058233 nutricion@colectividadeschabe.com

PAUTAS SALUDABLES ACONSEJADAS PARA UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

COMIDA	CENA
Hidratos + Carne	Verdura + Pescado
Hidratos + Pescado	Verdura + Huevo
Hidratos + Huevo	Verdura + Carne
Verdura + Carne	Hidratos + Pescado
Verdura + Pescado	Hidratos + Huevo
Verdura + Huevo	Hidratos + Carne
Fruta + Lácteo	Fruta

RECICLAR ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRO PLANETA

Cuidemos el medio ambiente



RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33 calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe

CERTIFICADO ISO 14001 · SEGURIDAD ALIMENTARIA ISO 22000 · MADRID excelente EMPRESA CERTIFICADA



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com