

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



3

Festivo

4 667 Kcal 26 Gr 17 Prot 40 HC 0,0 AGS

Judías verdes rehogadas con zanahoria
Sauteed green beans with carrot 10T

Tortilla de patata c/tomate natural en
rodajas Homemade potato omelette& tomatoes
3

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

10

Festivo

11 685 Kcal 19 Gr 33 Prot 105 HC 0,0 AGS

Macarrones eco a la siciliana (aceituna,
cebolla, tomate) Sicilian style eco pasta
1-3T-8T-11T
Fogonero en salsa verde c/ lechuga, maíz y
zanahoria 4

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

5 683 Kcal 29 Gr 34 Prot 71 HC 3,7 AGS

7 Espirales a la carbonara (nata y bacón) Pasta
carbonara 1-2-3T-7T-8-11T

Pollo asado con champiñones Roasted
chicken

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

6 644 Kcal 16 Gr 21 Prot 79 HC 0,2 AGS

Paella valenciana con verduras Vegetable
paella

Filete de dorado en salsa con lechuga y
maíz Hake in sauce 4-5T-6T

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

7 617 Kcal 19 Gr 26 Prot 77 HC 3,0 AGS

Sopa de cocido c/fideo cabellín eco Stew
soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T

new Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras
Chickpeas, chicken beef&veg 10T

Yogur 2
Pan Bread 1

17 772 Kcal 27 Gr 37 Prot 96 HC 1,0 AGS

Fideuá de verduras Vegetable fideuá
1-3T-8T-11T

Salmón al eneldo c/zanahoria al horno Baked
salmon with peppers 4-10T

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan integral Whole wheat bread 1

18 679 Kcal 18 Gr 23 Prot 80 HC 1,9 AGS

Lentejas eco guisadas con verduras Eco lentil
stew with vegetables 1T

Tortilla de pimientos con lechuga y tomate
Pepper omelette with lettuce and tomato 3

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

19 618 Kcal 15 Gr 20 Prot 77 HC 0,1 AGS

Arroz a la napolitana (con salsa de tomate)
Neapolitan style rice

Merluza al horno con lechuga y maíz Baked
hake with lettuce and corn 4-5T-6T

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

20 610 Kcal 16 Gr 23 Prot 89 HC 0,7 AGS

Sopa de cocido c/fideo cabellín eco Stew
soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T

Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras
Chickpeas, chicken beef&veg 10T

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

21 636 Kcal 25 Gr 23 Prot 37 HC 7,9 AGS

Puré de verduras asadas (calabacín, puerro
y calabaza) Roasted vegetable purée 13

Carrillada de cerdo en salsa c/patatas Lean
pork with potatoes

Yogur 2
Pan Bread 1

24 642 Kcal 30 Gr 35 Prot 60 HC 4,0 AGS

Pisto de verduras con tomate Vegetable stew new

Cinta de lomo fresca c/arroz int. salteado
Pork tenderloin with sautéed brown rice

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan integral Whole wheat bread 1

25 679 Kcal 21 Gr 30 Prot 66 HC 0,3 AGS

Empedrado de alubias blancas con verduras
Stewed white beans with vegetables 10T

Huevos revueltos con queso c/lechuga y
zanahoria Scrambled egg with lettuce and
carrot 2-3

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

26 655 Kcal 26 Gr 26 Prot 70 HC 0,3 AGS

Sopa de estrellitas Chicken soup with
star-shaped pasta 1-3T-8T-11T

Albóndigas mixtas de ternera en salsa
c/lechuga y remolacha Meatballs in sauce
8-10T

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

27 609 Kcal 21 Gr 34 Prot 33 HC 0,2 AGS

Jornada otoñal

Crema de calabaza Pumpkin cream

Estofado de pavo al tomillo c/patatitas
asadas Turkey stew with thyme and roasted
potatoes

Fruta pelada y leche Peeled fruit and milk 2
Pan Bread 1

28 654 Kcal 20 Gr 31 Prot 49 HC 2,9 AGS

7 Potaje de garbanzos con verduras Chickpeas
stew with vegetables

Bacalao en salsa c/tomate natural en
rodajas Hake in sauce 4

Yogur 2
Pan Bread 1



ALÉRGICOS (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



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



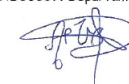
Temporada

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

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

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

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta
diaria recomendada por Ángela Paola Vivas
Ramos Col. MAB00337. Departamento de
Nutrición



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

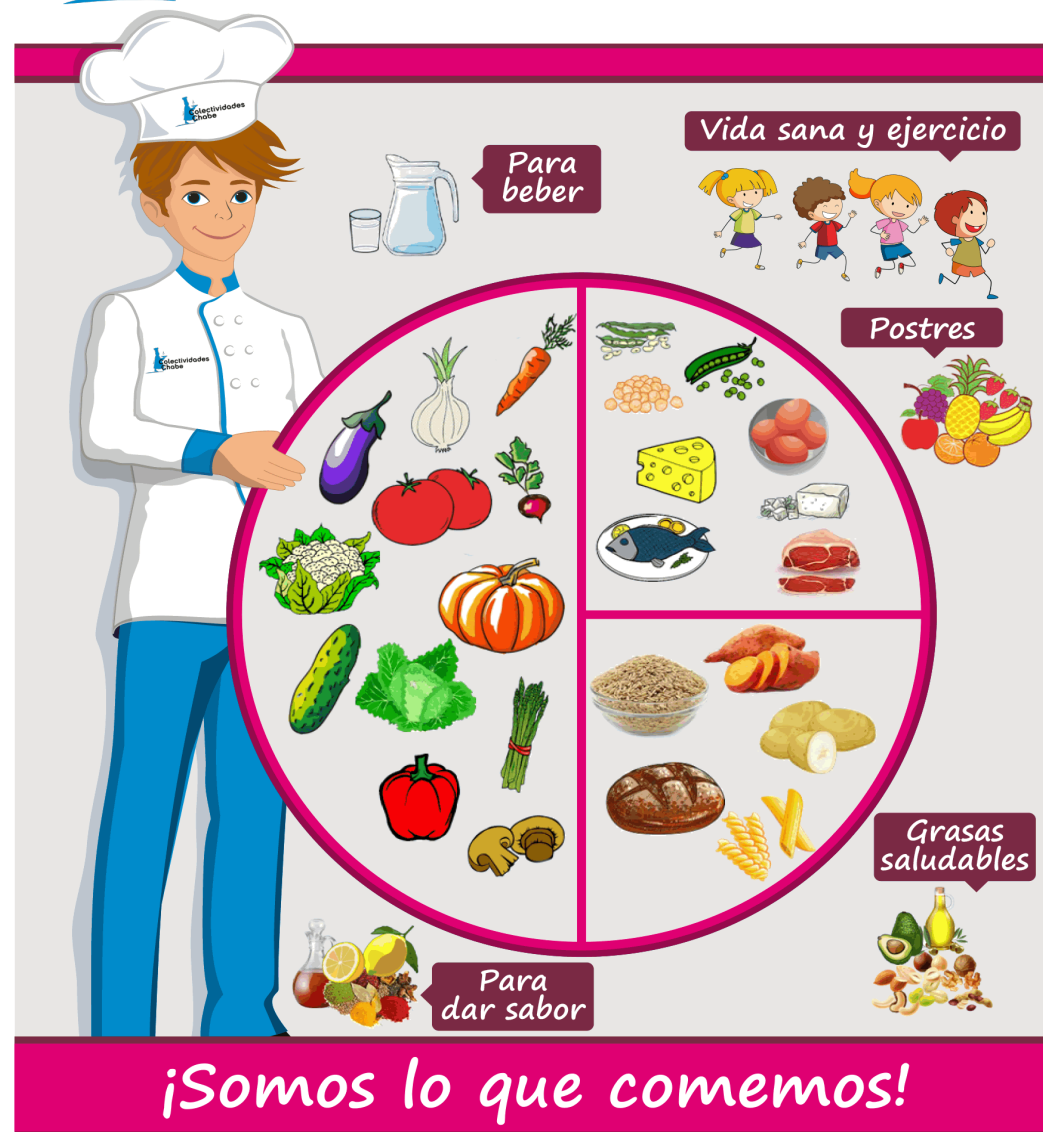


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33

calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



3		4	667 Kcal 26 Gr 17 Prot 40 HC 0,0 AGS	7	681 Kcal 29 Gr 36 Prot 79 HC 3,4 AGS	6	644 Kcal 16 Gr 21 Prot 79 HC 0,2 AGS	7	719 Kcal 30 Gr 26 Prot 78 HC 3,0 AGS
Festivo			Judías verdes rehogadas con zanahoria Sauteed green beans with carrot 10T		Espirales con tomate Spiral-shaped pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Paella valenciana con verduras Vegetable paella		Sopa de cocido c/fideo cabellín eco.sin cerdo Stew soup with organic noodles
			Tortilla de patata c/tomate natural en rodajas Homemade potato omelette& tomatoes 3		Pollo asado con champiñones Roasted chicken		Filete de dorado en salsa con lechuga y maíz Hake in sauce 4-5T-6T	new	Garbanzos,pollo,ternera y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T
			Fruta y leche Fruit and milk 2	tractor	Fruta y leche Fruit and milk 2	tractor	Fruta y leche Fruit and milk 2	tractor	Yogur 2
			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
10		11	685 Kcal 19 Gr 33 Prot 105 HC 0,0 AGS	12	681 Kcal 10 Gr 21 Prot 72 HC 0,3 AGS	13	635 Kcal 21 Gr 21 Prot 38 HC 1,7 AGS	14	603 Kcal 20 Gr 19 Prot 31 HC 2,5 AGS
Festivo			Macarrones eco a la siciliana (aceituna, cebolla, tomate) Sicilian style eco pasta 1-3T-8T-11T	leaf	Judías blancas guisadas c/verdura (pimiento,zanah,cebolla) Stewed white beans with vegetables		Guisantes salteados Sautéed peas		Patatas guisadas con verduritas Stewed potatoes with vegetables
			Fogonero en salsa verde c/ lechuga, maíz y zanahoria 4		Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Courgette omelette&fresh spinach salad 3		Jamoncitos de pollo asados c/patatas panaderas Roasted chicken with potatoes		Tortilla francesa con verduritas salteadas Omelette with vegetables sauteéd 3
			Fruta y leche Fruit and milk 2	tractor	Fruta y leche Fruit and milk 2	tractor	Fruta y leche Fruit and milk 2	tractor	Yogur 2
			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
17	772 Kcal 27 Gr 37 Prot 96 HC 1,0 AGS	18	679 Kcal 18 Gr 23 Prot 80 HC 1,9 AGS	19	618 Kcal 15 Gr 20 Prot 77 HC 0,1 AGS	20	712 Kcal 27 Gr 22 Prot 90 HC 0,7 AGS	21	636 Kcal 25 Gr 23 Prot 37 HC 7,9 AGS
Fideuá de verduras Vegetable fideuá 1-3T-8T-11T			Lentejas eco guisadas con verduras Eco lentil stew with vegetables 1T	leaf	Arroz a la napolitana (con salsa de tomate) Neapolitan style rice		Sopa de cocido c/fideo cabellín eco.sin cerdo Stew soup with organic noodles	leaf	Puré de verduras asadas (calabacín, puerro y calabaza) Roasted vegetable purée 13
Salmón al eneldo c/zanahoria al horno Baked salmon with peppers 4-10T			Tortilla de pimientos con lechuga y tomate Pepper omelette with lettuce and tomato 3		Merluza al horno con lechuga y maíz Baked hake with lettuce and corn 4-5T-6T		Garbanzos,pollo,ternera y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T		Filete de pollo a la plancha c/patatas Chicken with potatoes
Fruta y leche Fruit and milk 2			Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Yogur 2
Pan integral Whole wheat bread 1			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
24	691 Kcal 23 Gr 20 Prot 51 HC 0,0 AGS	25	679 Kcal 21 Gr 30 Prot 66 HC 0,3 AGS	26	692 Kcal 25 Gr 24 Prot 66 HC 1,8 AGS	27	609 Kcal 21 Gr 34 Prot 33 HC 0,2 AGS	28	654 Kcal 20 Gr 31 Prot 49 HC 2,9 AGS
Pisto de verduras con tomate Vegetable stew new			Empedrado de alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Sopa de estrellas sin carne Soup 1-3T-8T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream	7	Potaje de garbanzos con verduras Chickpeas stew with vegetables
Merluza al horno c/arroz integral salteado Baked hake with sautéed brown rice 4-5T-6T			Huevos revueltos con queso c/lechuga y zanahoria Scrambled egg with letuce and carrot 2-3		Albóndigas caseras de ternera c/lechuga y remolacha Meatballs with lettuce and beetroot 🌿		Estofado de pavo al tomillo c/patatitas asadas Turkey stew with thyme and roasted potatoes		Bacalao en salsa c/tomate natural en rodajas Hake in sauce 4
Fruta y leche Fruit and milk 2			Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Yogur 2
Pan integral Whole wheat bread 1			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1



ALÉRGICOS (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



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



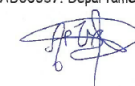
Temporada

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

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

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

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAB00337. Departamento de Nutrición



Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



3	4	5	6	7
Festivo	661 Kcal 27 Gr 19 Prot 57 HC 0,0 AGS Judías verdes rehogadas con zanahoria Sautéed green beans with carrot 10T Tortilla de patata c/tomate natural en rodajas Homemade potato omelette& tomatoes 3 Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	7 675 Kcal 30 Gr 32 Prot 94 HC 3,7 AGS Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Pollo asado con champiñones Roasted chicken Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	6 639 Kcal 18 Gr 23 Prot 95 HC 0,2 AGS Paella valenciana con verduras Vegetable paella Filete de dorado en salsa con lechuga y maíz Hake in sauce 4-5T-6T Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	7 779 Kcal 32 Gr 24 Prot 90 HC 3,0 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
10	11	12	13	14
Festivo	676 Kcal 28 Gr 28 Prot 114 HC 0,0 AGS Pasta sin gluten a la siciliana (aceituna, cebolla, tomate) Neapolitan-style pasta gluten free Fogonero en salsa verde c/ lechuga, maíz y zanahoria 4 Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	675 Kcal 12 Gr 22 Prot 89 HC 0,3 AGS Judías blancas guisadas c/verdura (pimiento,zanah,cebolla) Stewed white beans with vegetables Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Courgette omelette&fresh spinach salad 3 Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	630 Kcal 23 Gr 23 Prot 55 HC 1,7 AGS Guisantes salteados Sautéed peas Jamoncitos de pollo asados c/patatas panaderas Roasted chicken with potatoes Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	736 Kcal 40 Gr 25 Prot 49 HC 8,6 AGS Patatas guisadas con verduritas Stewed potatoes with vegetables Magro de cerdo en su jugo c/jardinera Pork stew with sautéed vegetables Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
17	18	19	20	21
620 Kcal 32 Gr 33 Prot 107 HC 1,0 AGS Pasta sin gluten salteada con verduras G/f pasta with vegetables Salmón al eneldo c/zanahoria al horno Baked salmon with peppers 4-10T Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	636 Kcal 26 Gr 13 Prot 87 HC 1,8 AGS Verdura rehogada Sautéed vegetables Tortilla de pimientos con lechuga y tomate Pepper omelette with lettuce and tomato 3 Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	613 Kcal 17 Gr 22 Prot 94 HC 0,1 AGS Arroz a la napolitana (con salsa de tomate) Neapolitan style rice Merluza al horno con lechuga y maíz Baked hake with lettuce and corn 4-5T-6T Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	771 Kcal 29 Gr 21 Prot 102 HC 0,7 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	631 Kcal 27 Gr 25 Prot 53 HC 7,9 AGS Puré de verduras asadas (calabacín, puerro y calabaza) Roasted vegetable purée 13 Carrillada de cerdo en salsa c/patatas Lean pork with potatoes Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
24	25	26	27	28
602 Kcal 28 Gr 32 Prot 55 HC 4,0 AGS Pisto de verduras con tomate Vegetable stew new Cinta de lomo fresca c/arroz int. salteado Pork tenderloin with sautéed brown rice Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	673 Kcal 22 Gr 31 Prot 82 HC 0,3 AGS Empedrado de alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos revueltos con queso c/lechuga y zanahoria Scrambled egg with lettuce and carrot 2-3 Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	628 Kcal 36 Gr 25 Prot 89 HC 0,3 AGS Sopa de fideos sin gluten G/f soup Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/lechuga y remolacha Meatballs in sauce 8-10T Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	Jornada otoñal 604 Kcal 23 Gr 36 Prot 50 HC 0,2 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Estofado de pavo al tomillo c/patatitas asadas Turkey stew with thyme and roasted potatoes Fruta y leche Fruit and milk 2 Pan sin gluten G/f bread	649 Kcal 22 Gr 33 Prot 66 HC 2,9 AGS 7 Potaje de garbanzos con verduras Chickpeas stew with vegetables Bacalao en salsa c/tomate natural en rodajas Hake in sauce 4 Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread



ALÉRGICOS (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



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



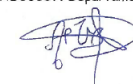
Temporada

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

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

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

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAB00337. Departamento de Nutrición



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

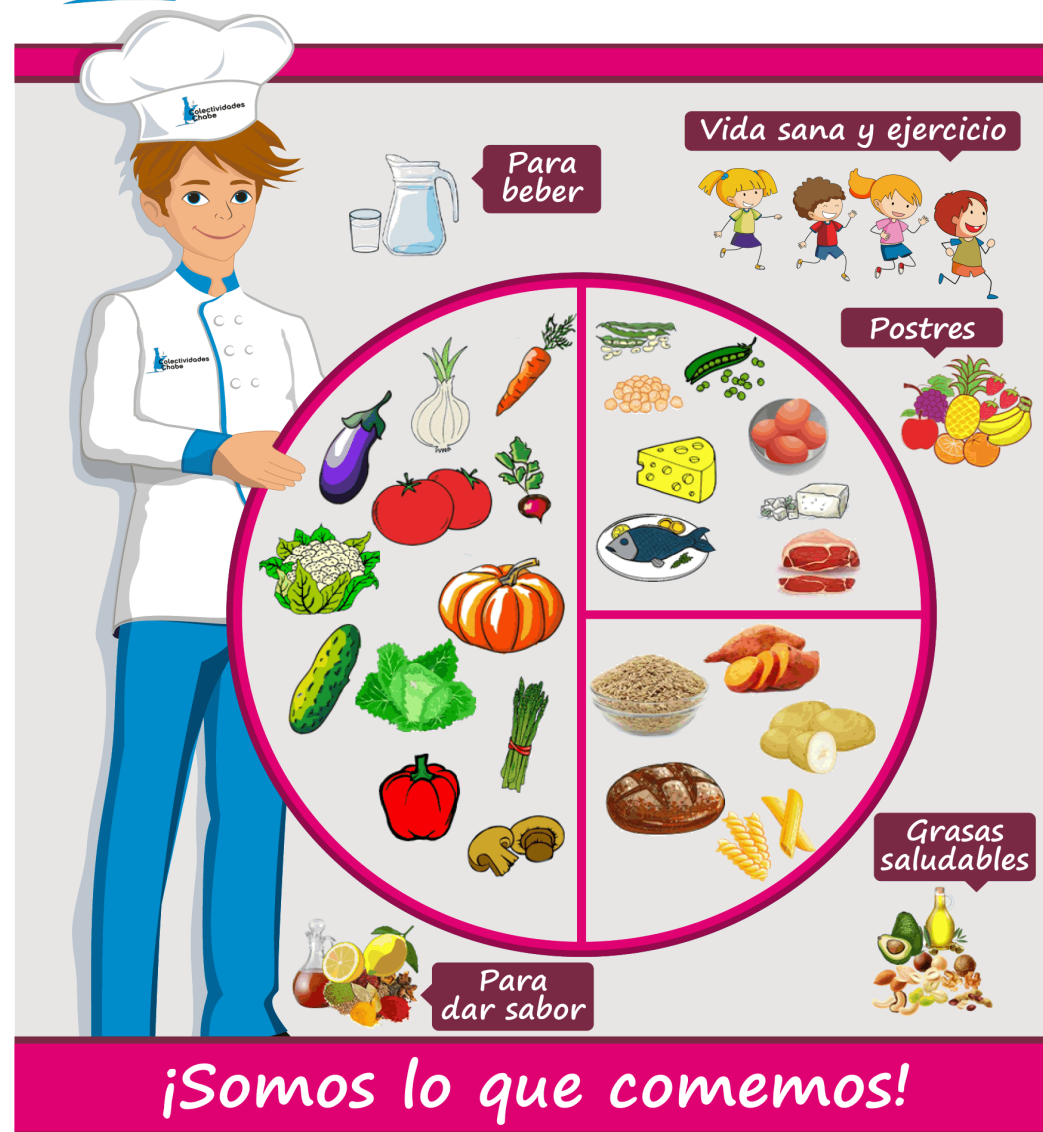


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

91 705 82 33

calidad@colectividadeschabe.com

Colectividades Chabe



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



3		4	628 Kcal 31 Gr 18 Prot 43 HC 0,0 AGS	5	680 Kcal 29 Gr 30 Prot 77 HC 3,7 AGS	6	644 Kcal 16 Gr 21 Prot 79 HC 0,2 AGS	7	684 Kcal 30 Gr 23 Prot 73 HC 3,0 AGS
Festivo			Judías verdes rehogadas con zanahoria Sauteed green beans with carrot 10T	T	Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8		Paella valenciana con verduras Vegetable paella		Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup
			Salchichas de pavo c/rtomate natural en rodajas Turkey Sausages in Its Juice with tomato slice 8		Pollo asado con champiñones Roasted chicken		Filete de dorado en salsa con lechuga y maíz Hake in sauce 4-5T-6T	new	Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T
			Fruta y leche Fruit and milk 2	🥗	Fruta de temporada Seasonal fruit	🥗	Fruta y leche Fruit and milk 2	🥗	Yogur 2
			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
10		11	681 Kcal 26 Gr 26 Prot 97 HC 0,0 AGS	12	685 Kcal 22 Gr 34 Prot 61 HC 2,6 AGS	13	635 Kcal 21 Gr 21 Prot 38 HC 1,7 AGS	14	641 Kcal 38 Gr 24 Prot 32 HC 8,6 AGS
Festivo			Pasta sin gluten a la siciliana (aceituna, cebolla, tomate) Neapolitan-style pasta gluten free	🥗	Judías blancas guisadas c/verdura (pimiento,zanah,cebolla) Stewed white beans with vegetables		Guisantes salteados Sautéed peas		Patatas guisadas con verduritas Stewed potatoes with vegetables
			Fogonero en salsa verde c/ lechuga, maíz y zanahoria 4		Cinta de lomo con lechuga Pork loin with lettuce		Jamoncitos de pollo asados c/patatas panaderas Roasted chicken with potatoes		Magro de cerdo en su jugo c/jardinera Pork stew with sautéed vegetables
			Fruta y leche Fruit and milk 2	🥗	Fruta y leche Fruit and milk 2	🥗	Fruta y leche Fruit and milk 2	🥗	Yogur 2
			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
17	660 Kcal 34 Gr 36 Prot 113 HC 1,0 AGS	18	625 Kcal 21 Gr 44 Prot 63 HC 0,0 AGS	19	618 Kcal 15 Gr 20 Prot 77 HC 0,1 AGS	20	677 Kcal 27 Gr 19 Prot 85 HC 0,7 AGS	21	636 Kcal 25 Gr 23 Prot 37 HC 7,9 AGS
Pasta sin gluten salteada con verduras G/f pasta with vegetables		Lentejas eco guisadas con verduras Eco lentil stew with vegetables 1T	🥗	Arroz a la napolitana (con salsa de tomate) Neapolitan style rice		Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup		Puré de verduras asadas (calabacín, puerro y calabaza) Roasted vegetable purée 13	
Salmón al eneldo c/zanahoria al horno Baked salmon with peppers 4-10T		Filete de pollo a la plancha con lechuga y tomate Chicken fillet with salad		Merluza al horno con lechuga y maíz Baked hake with lettuce and corn 4-5T-6T		Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T		Carrillada de cerdo en salsa c/patatas Lean pork with potatoes	
Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Yogur 2	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
24	642 Kcal 30 Gr 35 Prot 60 HC 4,0 AGS	25	631 Kcal 21 Gr 43 Prot 64 HC 0,3 AGS	26	733 Kcal 34 Gr 23 Prot 73 HC 0,3 AGS	27	609 Kcal 21 Gr 34 Prot 33 HC 0,2 AGS	28	654 Kcal 20 Gr 31 Prot 49 HC 2,9 AGS
Pisto de verduras con tomate Vegetable stew new		Empedrado de alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Sopa de fideos sin gluten G/f soup		Crema de calabaza Pumpkin cream	T	Potaje de garbanzos con verduras Chickpeas stew with vegetables	
Cinta de lomo fresca c/arroz int. salteado Pork tenderloin with sautéed brown rice	🥗	Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria Chicken fillet with lettuce and carrot		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/lechuga y remolacha Meatballs in sauce 8-10T		Estofado de pavo al tomillo c/patatitas asadas Turkey stew with thyme and roasted potatoes		Bacalao en salsa c/tomate natural en rodajas Hake in sauce 4	
Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Yogur 2	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	



ALÉRGICOS (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



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



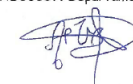
Temporada

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

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

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

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAB00337. Departamento de Nutrición



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



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



3	Festivo	4 667 Kcal 26 Gr 33 Prot 40 HC 0,0 AGS Judias verdes rehogadas con zanahoria Sauteed green beans with carrot 10T Tortilla de patata c/tomate natural en rodajas Homemade potato omelette& tomatoes 3 Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	5 667 Kcal 29 Gr 36 Prot 79 HC 3,4 AGS T Espirales con tomate Spiral-shaped pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T Pollo asado con champiñones Roasted chicken Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	6 644 Kcal 16 Gr 21 Prot 79 HC 0,2 AGS Paella valenciana con verduras Vegetable paella Filete de dorado en salsa con lechuga y maíz Hake in sauce 4-5T-6T Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	7 690 Kcal 20 Gr 29 Prot 68 HC 0,7 AGS Sopa de cocido c/fideo cabellín eco Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T new Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1 T
10	Festivo	11 785 Kcal 19 Gr 33 Prot 105 HC 0,0 AGS Macarrones eco a la siciliana (aceituna, cebolla, tomate) Sicilian style eco pasta 1-3T-8T-11T Fogonero en salsa verde c/ lechuga, maíz y zanahoria 4 Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	12 681 Kcal 10 Gr 21 Prot 72 HC 0,3 AGS Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	13 635 Kcal 21 Gr 21 Prot 38 HC 1,7 AGS Guisantes salteados Sautéed peas Jamoncitos de pollo asados c/patatas panaderas Roasted chicken with potatoes Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	14 613 Kcal 39 Gr 27 Prot 23 HC 6,2 AGS Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Magro de cerdo en su jugo c/jardinera Pork stew with sautéed vegetables Yogur de soja Soy yogurt 8 Pan Bread 1 T
17	Fideuá de verduras Vegetable fideuá 1-3T-8T-11T	18 679 Kcal 18 Gr 23 Prot 80 HC 1,9 AGS Lentejas eco guisadas con verduras Eco lentil stew with vegetables 1T Tortilla de pimientos con lechuga y tomate Pepper omelette with lettuce and tomato 3 Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	19 618 Kcal 15 Gr 20 Prot 77 HC 0,1 AGS Arroz a la napolitana (con salsa de tomate) Neapolitan style rice Merluza al horno con lechuga y maíz Baked hake with lettuce and corn 4-5T-6T Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	20 610 Kcal 16 Gr 23 Prot 89 HC 0,7 AGS Sopa de cocido c/fideo cabellín eco Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	21 609 Kcal 26 Gr 26 Prot 28 HC 5,5 AGS Puré de verduras asadas (calabacín, puerro y calabaza) Roasted vegetable purée 13 Carrillada de cerdo en salsa c/patatas Lean pork with potatoes Yogur de soja Soy yogurt 8 Pan Bread 1 T
24	Pisto de verduras con tomate Vegetable stew new	25 635 Kcal 17 Gr 27 Prot 66 HC 0,3 AGS Empedrado de alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos revueltos c/lechuga y zanahoria Scrambled egg with lettuce and carrot 3 Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	26 655 Kcal 26 Gr 26 Prot 70 HC 0,3 AGS Sopa de estrellitas Chicken soup with star-shaped pasta 1-3T-8T-11T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/lechuga y remolacha Meatballs in sauce 8-10T Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	27 609 Kcal 21 Gr 34 Prot 33 HC 0,2 AGS Jornada otoñal Crema de calabaza Pumpkin cream Estofado de pavo al tomillo c/patatitas asadas Turkey stew with thyme and roasted potatoes Fruta y leche de soja fruit and soy drink 8 Pan Bread 1	28 627 Kcal 21 Gr 34 Prot 40 HC 0,6 AGS T Potaje de garbanzos con verduras Chickpeas stew with vegetables Bacalao en salsa c/tomate natural en rodajas Hake in sauce 4 Yogur de soja Soy yogurt 8 Pan Bread 1



ALÉRGICOS (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



Proximidad



Ecológico

new Producto nuevo



Temporada

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

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

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

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAD00337. Departamento de Nutrición



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



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



3		4	666 Kcal 26 Gr 18 Prot 39 HC 0,0 AGS	5	691 Kcal 28 Gr 33 Prot 76 HC 3,4 AGS	6	644 Kcal 16 Gr 21 Prot 79 HC 0,2 AGS	7	617 Kcal 19 Gr 26 Prot 77 HC 3,0 AGS
			Judías verdes rehogadas con zanahoria Sauteed green beans with carrot 10T	T	Espirales en blanco salteadas Spiral-shaped pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Paella valenciana con verduras Vegetable paella		Sopa de cocido c/fideo cabellín eco Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T
Festivo			Tortilla de patata c/lechuga Homemade potato omelette& tomatoes 3		Pollo asado con champiñones Roasted chicken		Filete de dorado en salsa con lechuga y maíz Hake in sauce 4-5T-6T	nav	Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T
			Fruta y leche Fruit and milk 2	🍌	Fruta y leche Fruit and milk 2	🍌	Fruta y leche Fruit and milk 2	🍌	Yogur 2
			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
10		11	649 Kcal 24 Gr 25 Prot 56 HC 0,0 AGS	12	681 Kcal 10 Gr 21 Prot 72 HC 0,3 AGS	13	635 Kcal 21 Gr 21 Prot 38 HC 1,7 AGS	14	641 Kcal 38 Gr 24 Prot 32 HC 8,6 AGS
			Macarrones en blanco rehogados Sauteed pasta 1-3T-8T-11T		Judías blancas guisadas c/verdura (pimiento,zanah,cebolla) Stewed white beans with vegetables		Guisantes salteados Sautéed peas		Patatas guisadas con verduritas Stewed potatoes with vegetables
Festivo			Fogonero en salsa verde c/ lechuga, maíz y zanahoria 4		Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Courgette omelette&fresh spinach salad 3		Jamoncitos de pollo asados c/patatas panaderas Roasted chicken with potatoes		Magro de cerdo en su jugo c/jardinera Pork stew with sautéed vegetables
			Fruta y leche Fruit and milk 2	🍌	Fruta y leche Fruit and milk 2	🍌	Fruta y leche Fruit and milk 2	🍌	Yogur 2
			Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
17	772 Kcal 27 Gr 37 Prot 96 HC 1,0 AGS	18	676 Kcal 18 Gr 23 Prot 79 HC 1,9 AGS	19	668 Kcal 26 Gr 19 Prot 60 HC 0,1 AGS	20	610 Kcal 16 Gr 23 Prot 89 HC 0,7 AGS	21	636 Kcal 25 Gr 23 Prot 37 HC 7,9 AGS
	Fideuá de verduras Vegetable fideuá 1-3T-8T-11T		Lentejas eco guisadas con verduras Eco lentil stew with vegetables 1T	🍌	Arroz rehogado con ajo y perejil Sautéed rice with garlic, parsley&tomato		Sopa de cocido c/fideo cabellín eco Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T	🍌	Puré de verduras asadas (calabacín, puerro y calabaza) Roasted vegetable purée 13
			Tortilla de pimientos con lechuga Pepper omelette with lettuce 3		Merluza al horno con lechuga y maíz Baked hake with lettuce and corn 4-5T-6T		Garbanzos,pollo,ternera,chorizo y verduras Chickpeas,chicken beef&veg 10T		Carrillada de cerdo en salsa c/patatas Lean pork with potatoes
			Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Yogur 2
			Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1
24	642 Kcal 30 Gr 35 Prot 60 HC 4,0 AGS	25	679 Kcal 21 Gr 30 Prot 66 HC 0,3 AGS	26	655 Kcal 26 Gr 26 Prot 70 HC 0,3 AGS	27	609 Kcal 21 Gr 34 Prot 33 HC 0,2 AGS	28	662 Kcal 24 Gr 32 Prot 47 HC 2,9 AGS
						Jornada otoñal			
			Pisto de verduras con tomate Vegetable stew nav		Sopa de estrellitas Chicken soup with star-shaped pasta 1-3T-8T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream	T	Potaje de garbanzos con verduras Chickpeas stew with vegetables
		🍌	Huevos revueltos con queso c/lechuga y zanahoria Scrambled egg with lettuce and carrot 2-3		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/lechuga y remolacha Meatballs in sauce 8-10T		Estofado de pavo al tomillo c/patatitas asadas Turkey stew with thyme and roasted potatoes		Merluza al horno con lechuga Baked hake with salad 4-5T-6T
			Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta y leche Fruit and milk 2		Fruta y leche Fruit and milk 2		Yogur 2
			Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1

Jornada otoñal



ALÉRGICOS (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



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



Temporada

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

Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

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

Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta
diaria recomendada por Ángela Paola Vivas
Ramos Col. MAD00337. Departamento de
Nutrición



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



¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com