

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



5 646 Kcal 32 Gr 35 Prot 104 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Filete de pollo al horno con patatas. Baked chicken fillet with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 698 Kcal 31 Gr 28 Prot 95 HC 1,3 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Tortilla de espinacas c/lechuga y zanah. Spinach Tortilla w/salad 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 662 Kcal 44 Gr 40 Prot 116 HC 1,4 AGS Macarrones int.c/tomate y queso. Wholemeal pasta w.tomato&cheese 1-2-3T-8T-11T Salmón al limón c/verduritas. Lemon salmon with veg 4-10T Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	1 637 Kcal 30 Gr 33 Prot 104 HC 2,5 AGS Crema suave calabaza y zanahoria eco. Pumpkin and carrot cream Jamoncitos de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	2 603 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
12 Festivo	13 669 Kcal 24 Gr 33 Prot 102 HC 3,0 AGS Lentejas eco.c/pimiento rojo,verde y zanah. Stewed organic lentils 1T Huevos revueltos c/queso y ens. Scrambled eggs&cheese and salad 2-3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	14 649 Kcal 30 Gr 35 Prot 111 HC 0,2 AGS Arroz meloso con verduras. Rice with vegetables Fogonero ajo arriero c/rod.tomate. Fish with fresh tomato 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 675 Kcal 29 Gr 32 Prot 111 HC 0,8 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic Garbanzos crujientes al horno c/lechuga y maíz. Crispy Baked Chickpeas with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	9 664 Kcal 29 Gr 38 Prot 104 HC 3,4 AGS Jornada de la Hispanidad Paella Valenciana de verduras y pollo. Vegetable Paella with chicken Abadejo a la castellana c/rod.tomate Haddock with vegetables sauca&tomato 4-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
19 658 Kcal 38 Gr 38 Prot 115 HC 8,0 AGS Pasta integral al ajillo. Organic pasta with garlic 1-3T-8T-11T Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 606 Kcal 26 Gr 46 Prot 135 HC 0,5 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Guiso tradicional de judías blancas. Stewed white beans with vegetables Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	21 633 Kcal 33 Gr 31 Prot 112 HC 1,0 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Pollo a la finas hierbas c/verduritas Chicken with Fine Herbs with veg 10T Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 664 Kcal 32 Gr 45 Prot 94 HC 1,6 AGS Judías verdes rehog. Green beans 10T Milanese de pollo casero c/puré de patata. Chicken fillet with mashed potatoes 1-13 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	16 603 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
26 638 Kcal 30 Gr 36 Prot 132 HC 0,0 AGS Risotto de calabacín y queso. Zucchini and cheese risotto 2 Abadejo al horno c/lechuga y zanahoria. Fish with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	27 696 Kcal 28 Gr 28 Prot 128 HC 0,6 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 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	28 638 Kcal 40 Gr 27 Prot 68 HC 0,9 AGS Coliflor c/aliño de ajo y pimentón. Sautéed cauliflower Merluza al horno c/ens.de.tomate. Baked hake fillet with tomato 4-5T-6T-10T Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	22 699 Kcal 29 Gr 26 Prot 100 HC 1,0 AGS Guisantes rehogados con zanahoria. Sautéed green peas with carrot Tortilla de patata con rod.de tomate. Omelette &tomato slice 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	23 611 Kcal 30 Gr 41 Prot 85 HC 2,6 AGS Lentejas a la Castellana. Home-style lentils 1T-10T Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hake with garlic and parsley and salad 4-5T-6T-10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
29 610 Kcal 45 Gr 39 Prot 129 HC 1,7 AGS Lentejas c/zanah,cebolla Home-style lentils 1T-10T Tortilla de calabacín c/lechuga y maíz. Zucchini omelette with salad 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	30 626 Kcal 29 Gr 38 Prot 75 HC 2,8 AGS Crema terrorífica de calabaza. Cream of vegetables Caldereta de pavo embrujada c/... Chicken ragout with vegetables Yogur Yoghurt 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



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



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



1	637 Kcal 30 Gr 33 Prot 104 HC 2,5 AGS	2	612 Kcal 31 Gr 31 Prot 120 HC 3,2 AGS
Crema suave calabaza y zanahoria eco. Pumpkin and carrot cream	 Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup		
Jamoncitos de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad	Cocido de garbanzos, pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T		
Fruta de temporada Fruit	T Yogur Yoghurt 2		
Pan Bread 1	Pan Bread 1		





5	688 Kcal 41 Gr 32 Prot 109 HC 6,0 AGS	6	698 Kcal 31 Gr 28 Prot 95 HC 1,3 AGS	7	662 Kcal 44 Gr 40 Prot 116 HC 1,4 AGS	8	675 Kcal 29 Gr 32 Prot 111 HC 0,8 AGS	9	698Kcal 29 Gr 38 Prot 104 HC 3,4 AGS
Jornada de la Hispanidad									
Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream		Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables		Pasta s/gluten c/tomate y queso. Pasta qieth tomateo and cheese 2		Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic		Paella Valenciana de verduras y pollo. Vegetable Paella with chicken	
Albóndigas mixtas ternera c/patatitas. Beef meatballs with potatoes 8		F.de pollo a la planchac/lechuga y zanah. Chicken with salad w/salad		Salmón al limón c/verduritas. Lemon salmon with veg 4-10T		Garbanzos crujientes al horno c/lechuga y maíz. Crispy Baked Chickpeas with salad		Abadejo a la castellana c/rod.tomate Haddock with vegetables sauca&tomato 4-10T	
Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Yogur Yoghurt 2	
Pan Integral Bread 1		Pan Bread 1		Pan Integral Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	



12	13	14	15	16
669 Kcal 24 Gr 33 Prot 102 HC 3,0 AGS	649 Kcal 30 Gr 35 Prot 111 HC 0,2 AGS	664 Kcal 32 Gr 45 Prot 94 HC 1,6 AGS	635 Kcal 37 Gr 31 Prot 111 HC 5,2 AGS	
Festivo				
Lentejas eco.c/pimiento rojo,verde y zanah  Arroz meloso con verduras. Rice with vegetables	Judías verdes rehog. Green beans 10T	Sopa de cocido con fideos sin gluten		
Stewed organic lentils 1T		Gluten-free noodle soup		
Hamburguesa vegetal ens. Veggie Burger with salad 1-8	Fogonero ajo arriero c/rod.tomate. Fish with fresh tomato 4	Milanesa de pollo casero c/puré de patata. <i>new</i> Chicken filet with mashed potatoes 1-13	Garbanzos,pollo,verdura y chorizo Chickpeas with chicken,chorizo&veg. 10T	
Fruta de temporada Fruit	 Fruta de temporada Fruit	 Fruta de temporada Fruit	 Yogur Yoghurt 2	
Pan Bread 1	Pan Integral Bread 1	 Pan Bread 1	Pan Bread 1	



19	656 Kcal 29 Gr 36 Prot 119 HC 8,0 AGS	20	606 Kcal 26 Gr 46 Prot 135 HC 0,5 AGS	21	633 Kcal 33 Gr 31 Prot 112 HC 1,0 AGS	22	648 Kcal 27 Gr 33 Prot 88 HC 1,0 AGS	23	611 Kcal 30 Gr 41 Prot 85 HC 2,6 AGS
Pasta sin gluten al ajillo G/f sautéed pasta with garlic		Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables		Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce		Guisantes rehogados con zanahoria. Sautéed green peas with carrot		Lentejas a la Castellana. Home-style lentils 1T-10T	
Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4		Guiso tradicional de judías blancas. Stewed white beans with vegetables		Pollo a la finas hierbas c/verduritas Chicken with Fine Herbs with veg 10T		Filete de Sajonia a la plancha con verduras Baked Saxony fillet with vegetables		Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hakewith garlic and parsley and salad 4-5T-6T-10T	
Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Yogur Yoghurt 2	
Pan Integral Bread 1		Pan Bread 1		Pan Integral Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	



26	638 Kcal 30 Gr 36 Prot 132 HC 0,0 AGS	27	605 Kcal 28 Gr 28 Prot 131 HC 0,9 AGS	28	685 Kcal 34 Gr 29 Prot 69 HC 2,3 AGS	29	606 Kcal 37 Gr 38 Prot 104 HC 1,1 AGS	30	626 Kcal 29 Gr 38 Prot 75 HC 2,8 AGS
Risotto de calabacín y queso. Zucchini and cheese risotto 2	<i>new</i> Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup	Coliflor c/aliño de ajo y pimentón. Sauteed cauliflower	Lentejas c/zanah,cebolla Home-style lentils 1T-10T	Merluza al horno c/lechuga y maíz. Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T	Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4	Guiso tradicional de judías blancas. Stewed white beans with vegetables	Filete de Sajonia a la plancha con verduritas Baked Saxony fillet with vegetables	Lentejas a la Castellana. Home-style lentils 1T-10T	
Abadejo al horno c/lechuga y zanahoria. Fish with salad 4	Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T	Lomo asado con ens. tomate. Pork loin in sauce with tomato	Merluza al horno c/lechuga y maíz. Baked hake fillet with salad 4-5T-6T-10T	Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hake with garlic and parsley and salad 4-5T-6T-10T	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Yogur Yoghurt 2	
Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Pan Integral Bread 1	Pan Integral Bread 1	Pan Integral Bread 1	Pan Bread 1	
Pan Integral Bread 1	Pan Bread 1	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Fruta de temporada Fruit	Pan Integral Bread 1	Pan Integral Bread 1	Pan Integral 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



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



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



5 688 Kcal 41 Gr 32 Prot 109 HC 6,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Albóndigas mixtas ternera c/patatitas. Beef meatballs with potatoes 8 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 698 Kcal 31 Gr 28 Prot 95 HC 1,3 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Tortilla de espinacas c/lechuga y zanah. Spinach Tortilla w/salad 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 609 Kcal 43 Gr 41 Prot 101 HC 1,1 AGS Macarrones integrales c/ tomate . Pasta with tomato sauce 1-3T-8T Salmón al limón c/verduritas. Lemon salmon with veg 4-10T Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	1 637 Kcal 30 Gr 33 Prot 104 HC 2,5 AGS Crema suave calabaza y zanahoria eco. Pumpkin and carrot cream Jamoncitos de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	2 616 Kcal 22 Gr 42 Prot 106 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
12 Festivo	13 677 Kcal 26 Gr 35 Prot 98 HC 3,1 AGS Lentejas eco.c/pimiento rojo,verde y zanah Stewed organic lentils 1T Huevos revueltos c/ensalada Scrambled egg with salad 3-10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	14 649 Kcal 30 Gr 35 Prot 111 HC 0,2 AGS Arroz meloso con verduras. Rice with vegetables Fogonero ajo arriero c/rod.tomate. Fish with fresh tomato 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 675 Kcal 29 Gr 32 Prot 111 HC 0,8 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic Garbanzos crujientes al horno c/lechuga y maíz. Crispy Baked Chickpeas with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	9 637 Kcal 30 Gr 41 Prot 95 HC 1,0 AGS Jornada de la Hispanidad Paella Valenciana de verduras y pollo. Vegetable Paella with chicken Abadejo a la castellana c/rod.tomate Haddock with vegetables sauca&tomato 4-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
19 658 Kcal 38 Gr 38 Prot 115 HC 8,0 AGS Pasta integral al ajillo. Organic pasta with garlic 1-3T-8T-11T Sardinas en aceite c/lechuga y zanah. Sardine in oil&salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 606 Kcal 26 Gr 46 Prot 135 HC 0,5 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Guiso tradicional de judías blancas. Stewed white beans with vegetables Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	21 633 Kcal 33 Gr 31 Prot 112 HC 1,0 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Pollo a la finas hierbas c/verduritas Chicken with Fine Herbs with veg 10T Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 664 Kcal 32 Gr 45 Prot 94 HC 1,6 AGS Judías verdes rehog. Green beans 10T Milanesa de pollo casero c/puré de patata. Chicken filet with mashed potatoes 1-13 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	16 682 Kcal 28 Gr 44 Prot 107 HC 3,3 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup with organic 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
26 610 Kcal 29 Gr 36 Prot 128 HC 0,0 AGS Risotto de calabacín (sin lácteos) Zucchini risotto Abadejo al horno c/lechuga y zanahoria. Fish with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	27 636 Kcal 18 Gr 35 Prot 127 HC 1,1 AGS Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	28 685 Kcal 34 Gr 29 Prot 69 HC 2,3 AGS Coliflor c/aliño de ajo y pimentón. Sautéed cauliflower Lomo asado con ens. tomate. Pork loin in sauce with tomato Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	22 699 Kcal 29 Gr 26 Prot 100 HC 1,0 AGS Guisantes rehogados con zanahoria. Sautéed green peas with carrot Tortilla de patata con rod.de tomate. Omelette &tomato slice 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	23 683 Kcal 31 Gr 44 Prot 76 HC 0,2 AGS Lentejas a la Castellana. Home-style lentils 1T-10T Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hake with garlic and parsley and salad 4-5T-6T-10T Yogur de soja Soy yogurt 8-9 Pan Bread 1
29 610 Kcal 45 Gr 39 Prot 129 HC 1,7 AGS Lentejas c/zanah,cebolla Home-style lentils 1T-10T Tortilla de calabacín c/lechuga y maíz. Zucchini omelette with salad 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	30 698 Kcal 30 Gr 42 Prot 66 HC 0,5 AGS Crema terrorífica de calabaza. Cream of vegetables Caldereta de pavo embrujada c/patatas. Chicken ragout with vegetables Yogur de soja Soy yogurt 8-9 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



Producto nuevo



Temporada



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



www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday

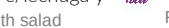


Viernes/Friday



1	637 Kcal 30 Gr 33 Prot 104 HC 2,5 AGS	2	643 Kcal 21 Gr 39 Prot 115 HC 3,4 AGS
Crema suave calabaza y zanahoria eco. Pumpkin and carrot cream			Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T
Jamoncitos de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad			Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T
Fruta de temporada Fruit		T	Yogur Yoghurt 2
Pan Bread 1			Pan Bread 1



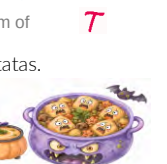
5	688 Kcal 41 Gr 32 Prot 109 HC 6,0 AGS	6	698 Kcal 31 Gr 28 Prot 95 HC 1,3 AGS	7	606 Kcal 41 Gr 36 Prot 119 HC 1,1 AGS	8	675 Kcal 29 Gr 32 Prot 111 HC 0,8 AGS	9	634 Kcal 30 Gr 34 Prot 102 HC 0,1 AGS
Jornada de la Hispanidad									
Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream		T Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables	Macarrones int.c/tomate y queso. Wholemeal pasta w.tomato&cheese 1-2-3T-8T-11T		 Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic	 Garbanzos crujientes al horno c/lechuga y maiz. Crispy Baked Chickpeas with salad			
Albóndigas mixtas ternera c/patatitas. Beef meatballs with potatoes 8		Tortilla de espinacas c/lechuga y zanah. Spinach Tortilla w/salad 3		F.de pollo a la plancha c/verduras Baked chicken fillet with vegetables		 Garbanzos crujientes al horno c/lechuga y maiz. Crispy Baked Chickpeas with salad		Tortilla francesa con rodaja de tomate. French omelette with tomato slice 3	
Fruta de temporada Fruit		T Fruta de temporada Fruit		T Fruta de temporada Fruit		T Fruta de temporada Fruit		Yogur Yoghurt 2	
Pan Integral Bread 1		 Pan Bread 1		 Pan Bread 1		 Pan Bread 1		Pan Bread 1	
									
									



12	13	14	15	16
669 Kcal 24 Gr 33 Prot 102 HC 3,0 AGS	634 Kcal 29 Gr 14 Prot 109 HC 0,2 AGS	664 Kcal 32 Gr 45 Prot 94 HC 1,6 AGS	643 Kcal 21 Gr 39 Prot 115 HC 3,4 AGS	
Festivo				
Lentejas eco.c/pimiento rojo,verde y zanah Stewed organic lentils 1T	 Arroz meloso con verduras. Rice with vegetables	Judías verdes rehog. Green beans 10T	Sopa de cocido c/fideo integral. Stew soup with organic noodles 1-3T-8T-10T-11T	
Huevos revueltos c/queso y ens. Scrambled eggs&cheese and salad 2-3	Hamburguesa vegetal con rod.tomate Veggie burger with tomato slice 1-8	Milanesa de pollo casero c/puré de patata. <i>new</i> Chicken filet with mashed potatoes 1-13	Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T	
Fruta de temporada Fruit	T Fruta de temporada Fruit	T Fruta de temporada Fruit	T Yogur Yoghurt 2	
Pan Bread 1	Pan Integral Bread 1	 Pan Bread 1	Pan Bread 1	



19	646 Kcal 38 Gr 29 Prot 115 HC 3,0 AGS	20	606 Kcal 26 Gr 46 Prot 135 HC 0,5 AGS	21	633 Kcal 33 Gr 31 Prot 112 HC 1,0 AGS	22	699 Kcal 29 Gr 26 Prot 100 HC 1,0 AGS	23	694 Kcal 37 Gr 29 Prot 103 HC 2,6 AGS
Pasta integral al ajillo. Organic pasta with garlic  1-3T-8T-11T		Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables		Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce		Guisantes rehogados con zanahoria. Sautéed green peas with carrot		Lentejas a la Castellana. Home-style lentils 1T-10T	
Tortilla francesa con lechuga y zanahoria		Guiso tradicional de judías blancas. Stewed white beans with vegetables		Pollo a la finas hierbas c/verduritas Chicken with Fine Herbs with veg 10T		Tortilla de patata con rod.de tomate. Omelette &tomato slice 3		Hamburg.vegetal c/lechuga y remolacha	
Omelett with salad 3									
Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Fruta de temporada Fruit		Yogur Yoghurt 2	
Pan Integral Bread 1		Pan Bread 1		Pan Integral 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

7 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



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