

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



5 686 Kcal 29 Gr 33 Prot 95 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 643 Kcal 28 Gr 37 Prot 81 HC 1,2 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Salmón al limón c/verduritas. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 641 Kcal 31 Gr 30 Prot 61 HC 1,7 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic Tortilla de pavo c/lechuga y zanah. Omelette with turkey& tomato slices 3-8 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	1 661 Kcal 27 Gr 30 Prot 94 HC 2,3 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	2 621 Kcal 28 Gr 28 Prot 105 HC 2,7 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 	13 699 Kcal 22 Gr 30 Prot 92 HC 2,7 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	14 605 Kcal 33 Gr 43 Prot 83 HC 1,5 AGS Milanesa de pollo casero c/puré de patata. Chicken filet with mashed potatoes 1-13 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 614 Kcal 26 Gr 25 Prot 116 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	9 683 Kcal 27 Gr 34 Prot 94 HC 3,0 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 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
19 697 Kcal 30 Gr 46 Prot 88 HC 1,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduritas Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 614 Kcal 26 Gr 25 Prot 116 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	21 630 Kcal 27 Gr 30 Prot 102 HC 6,5 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 653 Kcal 23 Gr 29 Prot 104 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 Bread 1	16 621 Kcal 28 Gr 28 Prot 105 HC 2,7 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
26 653 Kcal 27 Gr 33 Prot 120 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	27 614 Kcal 26 Gr 25 Prot 116 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	28 668 Kcal 36 Gr 24 Prot 62 HC 0,8 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 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	22 627 Kcal 26 Gr 24 Prot 91 HC 0,9 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	23 635 Kcal 28 Gr 37 Prot 77 HC 2,3 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 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
26 653 Kcal 27 Gr 33 Prot 120 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	27 614 Kcal 26 Gr 25 Prot 116 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	28 668 Kcal 36 Gr 24 Prot 62 HC 0,8 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 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	29 609 Kcal 41 Gr 36 Prot 118 HC 1,5 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	30 660 Kcal 26 Gr 35 Prot 68 HC 2,6 AGS Crema terrorífica de calabaza. Cream of vegetables Caldereta de pavo embrujada c/patatas. 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

new

Producto nuevo

T

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: nutrición diaria, según la ingesta diaria recomendada por Agencia Española de Seguridad Alimentaria y 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



www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



5 687 Kcal 25 Gr 27 Prot 79 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	6 664 Kcal 29 Gr 33 Prot 62 HC 1,2 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Salmón al limón c/verduras. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	7 643 Kcal 28 Gr 24 Prot 46 HC 1,7 AGS Brócoli c/patata cocida y ace. oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic Tortilla de pavo c/lechuga y zanah. Omelette with turkey& tomato slices 3-8 Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	1 682 Kcal 28 Gr 27 Prot 76 HC 2,3 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 sin gluten G/f bread	2 650 Kcal 29 Gr 25 Prot 90 HC 2,9 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos, pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread DÍA PROTEÍNA VEGETAL
12 Festivo	13 650 Kcal 23 Gr 20 Prot 84 HC 2,6 AGS Lentejas eco.sin gluten. Stew lentils Huevos revueltos c/queso y ens. Scrambled eggs&cheese and salad 2-3 Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	14 705 Kcal 30 Gr 37 Prot 68 HC 1,5 AGS Judías verdes rehog. Green beans 10T Milanesa de pollo s/g c/puré de patata. Chicken filet with mashed potatoes 13 Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	8 643 Kcal 27 Gr 22 Prot 101 HC 0,8 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos, pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	9 704 Kcal 28 Gr 31 Prot 76 HC 3,0 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 Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread Jornada de la HISPANIDAD
19 699 Kcal 27 Gr 40 Prot 72 HC 1,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduras Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	20 643 Kcal 27 Gr 22 Prot 101 HC 0,8 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos, pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread DÍA PROTEÍNA VEGETAL	21 632 Kcal 24 Gr 24 Prot 86 HC 6,5 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	15 674 Kcal 24 Gr 26 Prot 86 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 sin gluten G/f bread	16 611 Kcal 35 Gr 27 Prot 91 HC 5,0 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 DÍA PROTEÍNA VEGETAL
26 654 Kcal 24 Gr 27 Prot 105 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 sin gluten G/f bread	27 652 Kcal 27 Gr 22 Prot 101 HC 0,8 AGS Sopa de fideos sin gluten G/f soup Cocido de garbanzos, pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread DÍA PROTEÍNA VEGETAL	28 625 Kcal 28 Gr 20 Prot 47 HC 2,1 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 sin gluten G/f bread	22 648 Kcal 27 Gr 20 Prot 73 HC 0,9 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 sin gluten G/f bread	23 611 Kcal 28 Gr 27 Prot 82 HC 2,1 AGS Lentejas eco.sin gluten. Stew lentils Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hake with garlic and parsley and salad 4-5T-6T Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread
26 654 Kcal 24 Gr 27 Prot 105 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 sin gluten G/f bread	27 652 Kcal 27 Gr 22 Prot 101 HC 0,8 AGS Sopa de fideos sin gluten G/f soup Cocido de garbanzos, pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread DÍA PROTEÍNA VEGETAL	28 625 Kcal 28 Gr 20 Prot 47 HC 2,1 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 sin gluten G/f bread	29 670 Kcal 47 Gr 23 Prot 120 HC 1,4 AGS Pasta sin gluten salteada con verduras G/f pasta with vegetables Tortilla de calabacín c/lechuga y maíz. Zucchini omelette with salad 3 Fruta de temporada Fruit Pan sin gluten G/f bread	30 681 Kcal 27 Gr 32 Prot 50 HC 2,6 AGS Crema terrorífica de calabaza. Cream of vegetables Caldereta de pavo embrujada c/patatas. Chicken ragout with vegetables Yogur Yoghurt 2 Pan sin gluten G/f bread DÍA PROTEÍNA VEGETAL

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



Menú valorado: nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Agencia Española de Seguridad Alimentaria y 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



5 664 Kcal 31 Gr 36 Prot 104 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 617 Kcal 31 Gr 40 Prot 89 HC 1,3 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Salmón al limón c/verduras. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 630 Kcal 30 Gr 30 Prot 65 HC 0,6 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic F. sajonia en su jugo con lechuga y zanahoria Saxony baked with salad Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 605 Kcal 28 Gr 28 Prot 131 HC 0,9 AGS Crema suave calabaza y zanahoria eco. Pumpkin and carrot cream Jamón de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	9 612 Kcal 31 Gr 31 Prot 120 HC 3,2 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
---	--	--	--	--



12 Festivo Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	13 673 Kcal 36 Gr 22 Prot 132 HC 0,1 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Salmón al limón c/verduras. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	14 685 Kcal 37 Gr 47 Prot 91 HC 1,6 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic F. sajonia en su jugo con lechuga y zanahoria Saxony baked with salad Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 628 Kcal 25 Gr 32 Prot 115 HC 0,2 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	16 679 Kcal 37 Gr 34 Prot 120 HC 5,4 AGS Paella Valenciana de verduras y pollo. Vegetable Paella with chicken Abadejo a la castellana c/rod.tomate Haddock with vegetables saucetomato 4 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
--	--	---	--	---



19 677 Kcal 33 Gr 50 Prot 96 HC 1,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduras Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 605 Kcal 28 Gr 28 Prot 131 HC 0,9 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	21 603 Kcal 29 Gr 32 Prot 112 HC 7,1 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	22 648 Kcal 27 Gr 33 Prot 88 HC 1,0 AGS Arroz meloso con verduras. Rice with vegetables Fogonero ajo arriero c/rod.tomate. Fish with fresh tomato 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	23 669 Kcal 29 Gr 33 Prot 110 HC 2,3 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
---	--	--	---	--



26 638 Kcal 30 Gr 36 Prot 132 HC 0,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduras Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	27 605 Kcal 28 Gr 28 Prot 131 HC 0,9 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup 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	29 637 Kcal 32 Gr 27 Prot 123 HC 0,9 AGS Guisantes rehogados con zanahoria. Sautéed green peas with carrot Filete de Sajonia a la plancha con verduritas Baked Saxony fillet with vegetables Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	30 626 Kcal 29 Gr 38 Prot 75 HC 2,8 AGS Pasta sin gluten salteada G/f sautéed pasta Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hake with garlic and parsley and salad 4-5T-6T 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	27 605 Kcal 28 Gr 28 Prot 131 HC 0,9 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup 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	29 637 Kcal 32 Gr 27 Prot 123 HC 0,9 AGS Pasta sin gluten salteada con verduras G/f pasta with vegetables F.merluza al horno c/lechuga y maíz. Baked hake fillet with salad 4-5T-6T 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/patatas. 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



5 686 Kcal 29 Gr 33 Prot 95 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 643 Kcal 28 Gr 37 Prot 81 HC 1,2 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Salmón al limón c/verduras. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 673 Kcal 27 Gr 27 Prot 59 HC 0,6 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic F. sajonia en su jugo con lechuga y zanahoria Saxony baked with salad Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	1 661 Kcal 27 Gr 30 Prot 94 HC 2,3 AGS Crema suave calabaza y zanahoria eco. Pumpkin and carrot cream Jamonicos de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	2 629 Kcal 28 Gr 28 Prot 109 HC 2,9 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
12 Festivo 	13 655 Kcal 33 Gr 26 Prot 110 HC 0,3 AGS Lentejas eco.c/pimiento rojo,verde y zanah. Stewed organic lentils 1T Hamburguesa vegetal c/ensalada. Veggie burger&salad 1-8 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	14 605 Kcal 33 Gr 43 Prot 83 HC 1,5 AGS Milanesa de pollo casero c/puré de patata. Chicken filet with mashed potatoes 1-13 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 622 Kcal 26 Gr 25 Prot 119 HC 0,8 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	9 683 Kcal 27 Gr 34 Prot 94 HC 3,0 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 sauc&tomato 4 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
19 697 Kcal 30 Gr 46 Prot 88 HC 1,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduras Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 662 Kcal 26 Gr 25 Prot 119 HC 0,8 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	21 630 Kcal 27 Gr 30 Prot 102 HC 6,5 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 653 Kcal 23 Gr 29 Prot 104 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 Bread 1	16 690 Kcal 34 Gr 31 Prot 109 HC 5,0 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
26 653 Kcal 27 Gr 33 Prot 120 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	27 622 Kcal 26 Gr 25 Prot 119 HC 0,8 AGS Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten free noodle soup Cocido de garbanzos,pollo y verdura. Chickpeas with chicken and vegetables 10T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	28 623 Kcal 31 Gr 26 Prot 63 HC 2,1 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	22 680 Kcal 24 Gr 30 Prot 80 HC 0,9 AGS Guisantes rehogados con zanahoria. Sautéed green peas with carrot Filete de Sajonia a la plancha con verduritas Baked Saxony fillet with vegetables Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	23 635 Kcal 28 Gr 37 Prot 77 HC 2,3 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 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
29 621 Kcal 24 Gr 33 Prot 91 HC 1,0 AGS Lentejas c/zanah,cebolla Home-style lentils 1T-10T F.merluza al horno c/lechuga y maíz. Baked hake fillet with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	30 660 Kcal 26 Gr 35 Prot 68 HC 2,6 AGS Crema terrorífica de calabaza. Cream of vegetables Caldereta de pavo embrujada c/patatas. 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



Menú valorado: nutrición diaria, según la ingesta diaria recomendada por Agencia Española de Seguridad Alimentaria y 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



5 686 Kcal 29 Gr 33 Prot 95 HC 1,0 AGS

Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream
Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes
Fruta de temporada Fruit
Pan Integral Bread 1

12 Festivo

19 697 Kcal 30 Gr 46 Prot 88 HC 1,0 AGS

Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables
Pollo a la finas hierbas c/verduras Chicken with Fine Herbs with veg
Fruta de temporada Fruit
Pan Integral Bread 1

26 627 Kcal 26 Gr 33 Prot 117 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

6 643 Kcal 28 Gr 37 Prot 81 HC 1,2 AGS

Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables
Salmón al limón c/verduras. Lemon salmon with veg 4
Fruta de temporada Fruit
Pan Bread 1

13 704 Kcal 24 Gr 31 Prot 89 HC 2,8 AGS

Lentejas eco.c/pimiento rojo,verde y zanah Stewed organic lentils 1T
Huevos revueltos c/ensalada Scrambled egg with salad 3
Fruta de temporada Fruit
Pan Bread 1

20 660 Kcal 17 Gr 32 Prot 116 HC 1,0 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

27 660 Kcal 17 Gr 32 Prot 116 HC 1,0 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

7 641 Kcal 31 Gr 30 Prot 61 HC 1,7 AGS

Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic
Tortilla de pavo c/lechuga y zanah. Omelette with turkey& tomato slices 3-8
Fruta de temporada Fruit
Pan Integral Bread 1

14 605 Kcal 33 Gr 43 Prot 83 HC 1,5 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 Integral Bread 1

21 630 Kcal 27 Gr 30 Prot 102 HC 6,5 AGS

Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce
Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4
Fruta de temporada Fruit
Pan Integral Bread 1

28 623 Kcal 31 Gr 26 Prot 63 HC 2,1 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

1 661 Kcal 27 Gr 30 Prot 94 HC 2,3 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

8 660 Kcal 17 Gr 32 Prot 116 HC 1,0 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

15 653 Kcal 23 Gr 29 Prot 104 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 Bread 1

22 627 Kcal 26 Gr 24 Prot 91 HC 0,9 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

29 609 Kcal 41 Gr 36 Prot 118 HC 1,5 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

2 642 Kcal 20 Gr 38 Prot 97 HC 1,0 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

9 658 Kcal 27 Gr 37 Prot 86 HC 0,9 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
Yogur de soja Soy yogurt 8-9
Pan Bread 1

16 602 Kcal 26 Gr 40 Prot 97 HC 3,0 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

23 610 Kcal 28 Gr 40 Prot 69 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
Yogur de soja Soy yogurt 8-9
Pan Bread 1

30 635 Kcal 27 Gr 38 Prot 60 HC 0,4 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

new Producto nuevo

T 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: nutrición diaria, según la ingesta diaria recomendada por Agencia Española de Seguridad Alimentaria y 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



5 664 Kcal 31 Gr 36 Prot 104 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 640 Kcal 31 Gr 36 Prot 105 HC 1,1 AGS Verdura rehogada sin legumbre Sautéed vegetables Salmón al limón c/verduritas. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 705 Kcal 34 Gr 33 Prot 67 HC 1,9 AGS Brócoli c/patata cocida y ace. oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic Tortilla de pavo c/lechuga y zanah. Omelette with turkey& tomato slices 3-8 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 Jamonicos de pollo asados c/lechuga y maíz. Chicken drumsticks with salad Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	2 667 Kcal 39 Gr 32 Prot 94 HC 3,4 AGS Sopa de fideos. Soup with pasta Merluza al horno con ensalada Baked hake fillet with salad 4-5T-6T Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
12 Festivo	13 678 Kcal 24 Gr 25 Prot 108 HC 2,8 AGS Crema de verduras frescas. Cream of vegetables 10T Huevos revueltos c/queso y ens. Scrambled eggs&cheese and salad 2-3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	14 617 Kcal 38 Gr 51 Prot 122 HC 1,6 AGS Verdura rehogada sin legumbre Sautéed vegetables Milanesa de pollo casero c/puré de patata. Chicken filet with mashed potatoes 1-13 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 686 Kcal 28 Gr 32 Prot 106 HC 1,1 AGS Sopa de fideos. Soup with pasta F. pollo al horno c/lechuga y maíz Chicken fillet with sald Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	9 662 Kcal 29 Gr 37 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 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
19 677 Kcal 33 Gr 50 Prot 96 HC 1,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduritas Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 652 Kcal 26 Gr 26 Prot 104 HC 3,1 AGS Sopa de fideos. Soup with pasta Tortilla francesa con rodaja de tomate. French omelette with tomato slice 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	21 603 Kcal 29 Gr 32 Prot 112 HC 7,1 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 628 Kcal 25 Gr 32 Prot 115 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 Bread 1	16 601 Kcal 34 Gr 29 Prot 92 HC 5,5 AGS Sopa de fideos. Soup with pasta Tortilla francesa con ensalada. omelette with salad 3 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	27 684 Kcal 29 Gr 27 Prot 103 HC 1,8 AGS Sopa de fideos. Soup with pasta Tortilla francesa con lechuga Omelette with lettuce 3 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	22 612 Kcal 28 Gr 20 Prot 120 HC 0,5 AGS Verdura rehogada sin legumbre Sautéed vegetables Tortilla de patata con rod.de tomate. Omelette &tomato slice 3 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	23 631 Kcal 29 Gr 32 Prot 101 HC 2,3 AGS Pasta salteada Sautéed pasta with vegetables Merluza al ajillo c/lechuga y remolacha. Hakewith garlic and parsley and salad 4-5T-6T 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	27 684 Kcal 29 Gr 27 Prot 103 HC 1,8 AGS Sopa de fideos. Soup with pasta Tortilla francesa con lechuga Omelette with lettuce 3 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	29 695 Kcal 44 Gr 28 Prot 140 HC 1,4 AGS Pasta salteada Sautéed pasta with vegetables 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/patatas. 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



Menú valorado: nutrición diaria, según la ingesta diaria recomendada por Agencia Protección Alimentaria (AESA) y el 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



www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



5 664 Kcal 31 Gr 36 Prot 104 HC 1,0 AGS Puré de calabacín y puerro. Vegetables cream Ragout de ternera c/patatas dado. Veal ragout with potatoes Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	6 617 Kcal 31 Gr 40 Prot 89 HC 1,3 AGS Alubias b.c/zanah.,cebolla y pimiento. stewed white beans with vegetables Salmón al limón c/verduras. Lemon salmon with veg 4 Fruta de temporada Fruit Pan Bread 1	7 605 Kcal 34 Gr 33 Prot 67 HC 1,9 AGS Brócoli c/patata cocida y ace.oliva y pimentón Sautéed broccoli with garlic Tortilla de pavo c/lechuga y zanah. Omelette with turkey& tomato slices 3-8 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	2 643 Kcal 21 Gr 39 Prot 115 HC 3,4 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 Yoghurt 2 Pan Bread 1 DÍA PROTEÍNA VEGETAL
12 Festivo	13 615 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	14 685 Kcal 37 Gr 47 Prot 91 HC 1,6 AGS Milanesa de pollo casero c/puré de patata. Chicken filet with mashed potatoes 1-13 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	8 636 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	9 662 Kcal 29 Gr 37 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 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1 Jornada de la HISPANIDAD
19 677 Kcal 33 Gr 50 Prot 96 HC 1,0 AGS Crema de patata,acelgas y puerro. Cream of vegetables Pollo a la finas hierbas c/verduras Chicken with Fine Herbs with veg Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	20 636 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 DÍA PROTEÍNA VEGETAL	21 603 Kcal 29 Gr 32 Prot 112 HC 7,1 AGS Arroz c/salsa de tomate. Rice&tomato sauce Caballa en aceite con lechuga y zanahoria. Mackerel in oil with salad 4 Fruta de temporada Fruit Pan Integral Bread 1	15 628 Kcal 25 Gr 32 Prot 115 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 Bread 1	16 610 Kcal 27 Gr 41 Prot 116 HC 5,7 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 Yoghurt 2 Pan Bread 1 DÍA PROTEÍNA VEGETAL
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	27 636 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 DÍA PROTEÍNA VEGETAL	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	23 613 Kcal 28 Gr 46 Prot 83 HC 2,6 AGS Lentejas a la Castellana. Home-style lentils 1T-10T Fogonero al horno c/lechuga y remolacha Fish fillet with salad 4 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	27 636 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 DÍA PROTEÍNA VEGETAL	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	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/patatas. 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



Menú valorado: nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Agencia Española de Seguridad Alimentaria y 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



www.colectividadeschabe.com