

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1

Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato **1-3T-8T-11T**
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille **4-10T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan integral Whole wheat bread **1**

2

Brócoli rehogado Sautéed broccoli
Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous **1-8T-11T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan Bread **1**

3

Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella
Merluza al horno Baked hake **4-5T-6T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan integral Whole wheat bread **1**

4

Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables **10T**
Huevos Villaroy Eggs villaroy **1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan Bread **1**

5

Crema de calabacín Zucchini cream **10T**
Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries
Yogur **2**
Pan Bread **1**

8

Festivo

9

Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables **1T**
Tortilla francesa* French omelette **3**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan Bread **1**

10

Crema de calabacín Zucchini cream **10T**
Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice **8**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan integral Whole wheat bread **1**

11

Sopa de cocido con fideos Soup with pasta **1-3T-8T-11T**
Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg **10T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan Bread **1**

12

Macarrones con tomate Macaroni pasta in tomato sauce **1-3T-8T-11T**
Salmón al horno Grilled salmon fillet with lettuce **4**
Yogur **2**
Pan Bread **1**

15

Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights **3-10T**
Merluza al horno Baked hake **4-5T-6T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan integral Whole wheat bread **1**

16

Judías verdes rehogadas Sautéed green beans
Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan Bread **1**

17

Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce **1-3T-8T-11T**
Tortilla francesa* French omelette **3**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan integral Whole wheat bread **1**

18

Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew **1T-10T**
Merluza a la andaluza s/g Gluten-free altered hake **4-5T-6T**
Fruta de temporada Seasonal fruit
Pan Bread **1**

Comida especial

Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles **1-3T-8T-11T**
Burgermeat c/patatas chip Burger with chips **8**
Postre especial
Pan Bread **1**

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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 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

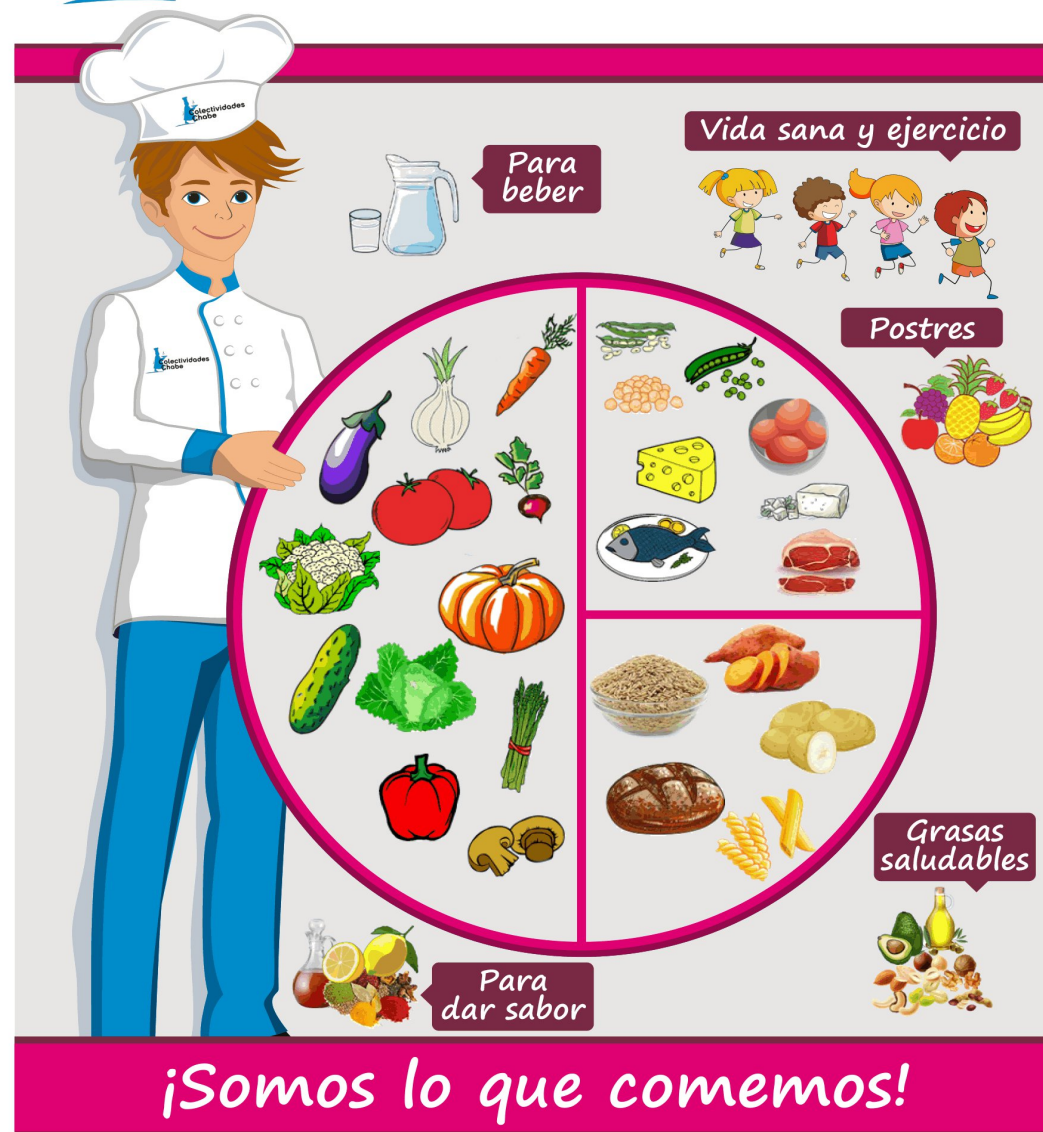


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	538 Kcal 33 Gr 34 Prot 102 HC 1,0 AGS	2	567 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	579 Kcal 21 Gr 24 Prot 99 HC 0,2 AGS	4	526 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS	5	529 Kcal 24 Gr 18 Prot 9 HC 2,5 AGS
Caracolillos blancos rehogados Pasta with tomato 1-3T-8T-11T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli		Paella de verduras Vegetable Paella		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Crema de calabaza Pumpkin cream T	
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Pollo asado con patatas al horno Roasted chicken with baked potatoes	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Gelatina light Light jelly	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
8	Festivo	9	539 Kcal 20 Gr 26 Prot 63 HC 2,0 AGS	10	609 Kcal 35 Gr 42 Prot 107 HC 3,7 AGS	11	612 Kcal 27 Gr 22 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	651 Kcal 29 Gr 41 Prot 56 HC 0,2 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de ave con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T		Macarrones salteados Pasta sauteed 1-3T-8T-11T	
		Tortilla francesa con lechuga y tomate* French omelette with lettuce and tomato 3		Cinta de lomo fresca c/arroz salteado Pork tenderloin with sautéed brown rice		Garbanzos, pollo, ternera y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T		Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4	
		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Gelatina light Light jelly	
		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	563 Kcal 21 Gr 23 Prot 96 HC 1,9 AGS	18	599 Kcal 22 Gr 36 Prot 62 HC 0,1 AGS	19	616 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,0 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int. salteados Whole wheat sauteed pasta 1		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon fillet with salad 4		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Postre especial	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo

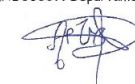


Temporada

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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 616 Kcal 29 Gr 18 Prot 107 HC 0,0 AGS Caracollitos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Pisto de verduras Vegetable stew Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 609 Kcal 31 Gr 16 Prot 65 HC 0,0 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli new Hamburguesa vegetal con coús-coús Veggie burger with coús-coús 1-8-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 650 Kcal 20 Gr 19 Prot 98 HC 2,1 AGS Paella de verduras Vegetable Paella Tortilla francesa con lechuga y remolacha* French omelette with lettuce and beetroot 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 531 Kcal 21 Gr 11 Prot 71 HC 2,6 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream T Arroz con verduras Rice with vegetables Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 677 Kcal 39 Gr 22 Prot 108 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Hamburguesa vegetal con arroz Veggie burger with rice 1-8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 641 Kcal 27 Gr 16 Prot 82 HC 0,5 AGS T Sopa de verduras con fideos Vegetable soup 1-3T-8T-11T Cocido completo sin carne (garbanzos y verdura) Chickpeas with vegetables Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 688 Kcal 25 Gr 22 Prot 79 HC 5,0 AGS new Macarrones con tomate Maccaroni pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla de patata* Potato omelette 3 Yogur 2 Pan Bread 1
15 683 Kcal 25 Gr 20 Prot 97 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo,zanah,guis) Rice three delights 3-10T Tortilla francesa* French omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 539 Kcal 18 Gr 9 Prot 84 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sauteed green beans Arroz con verduras Rice with vegetables Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 551 Kcal 19 Gr 20 Prot 69 HC 0,1 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Pisto de verduras Vegetable stew Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 695 Kcal 38 Gr 18 Prot 60 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de verduras con fideos Vegetable soup 1-3T-8T-11T new new Hamburguesa vegetal con patatas Veggie burger with potatoes 1-8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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 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



1	546 Kcal 28 Gr 24 Prot 99 HC 1,0 AGS	2	596 Kcal 29 Gr 38 Prot 96 HC 3,6 AGS	3	603 Kcal 24 Gr 19 Prot 77 HC 0,1 AGS	4	572 Kcal 20 Gr 13 Prot 57 HC 2,0 AGS	5	573 Kcal 34 Gr 24 Prot 64 HC 2,5 AGS
Macarrones salteados sin gluten Gluten free sauteed pasta Salmón al horno Grilled salmon fillet with lettuce 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Cinta de lomo fresca c/arroz salteado Pork tenderloin with sautéed brown rice Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Arroz con verduras y pollo Rice with vegetables and chicken Merluza al horno Baked hake 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla francesa* French omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	
8	Festivo	9	572 Kcal 20 Gr 13 Prot 57 HC 2,0 AGS	10	555 Kcal 25 Gr 8 Prot 72 HC 0,1 AGS	11	608 Kcal 29 Gr 24 Prot 110 HC 0,9 AGS	12	646 Kcal 28 Gr 24 Prot 99 HC 0,9 AGS
		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla de patata Potato omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas caseras de ternera c/arroz salteado Meatballs with stir-fried rice Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		T Sopa de ave con fideos sin gluten G/f soup Garbanzos, pollo, ternera y patata Chickpeas, chicken beef & potatoes Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Macarrones salteados sin gluten Gluten free sauteed pasta Salmón al horno Grilled salmon fillet with lettuce 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	
15	508 Kcal 19 Gr 20 Prot 90 HC 0,0 AGS	16	614 Kcal 23 Gr 34 Prot 65 HC 0,0 AGS	17	533 Kcal 21 Gr 15 Prot 99 HC 1,9 AGS	18	504 Kcal 24 Gr 19 Prot 50 HC 0,1 AGS	19	580 Kcal 16 Gr 28 Prot 57 HC 5,8 AGS
Arroz cocido Soup rice Merluza en salsa verde baked cod with green sauce 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Judías verdes rehogadas Sauteed green beans Filete de pollo a la plancha con patatas Chicken fillet with potatoes Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Macarrones salteados sin gluten Gluten free sauteed pasta Tortilla francesa* French omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Salmón al horno Baked salmon 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Comida especial T Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Hamburguesa casera de ternera Homemade burger Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	

Todos los platos se cocinarán sin cebolla, puerro, ajo ni tomate

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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 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

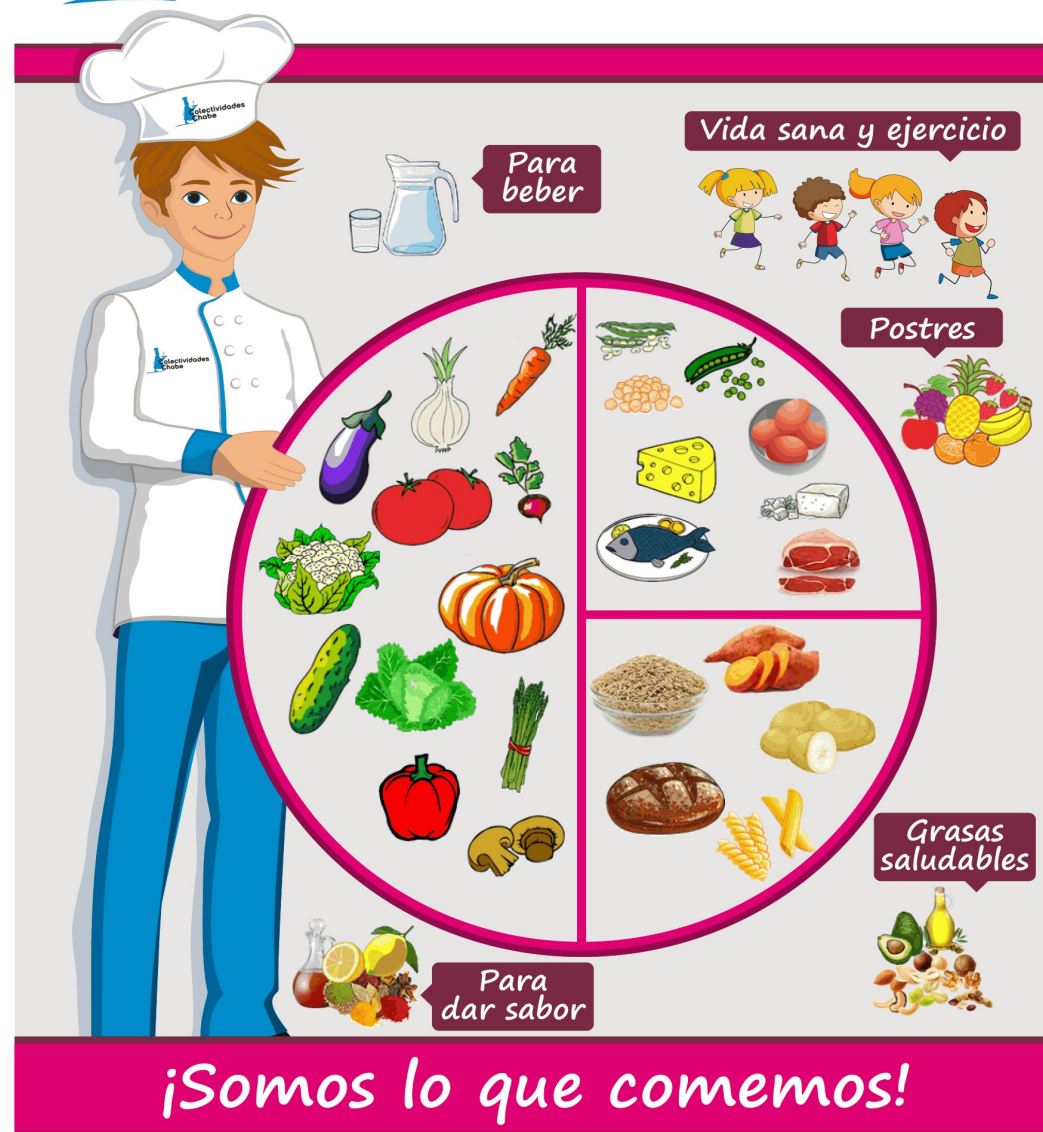


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	609 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	657 Kcal 14 Gr 11 Prot 70 HC 1,8 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	613 Kcal 22 Gr 12 Prot 42 HC 2,0 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	685 Kcal 26 Gr 15 Prot 47 HC 0,1 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo,zanah,guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sauteed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Pstre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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



1	609 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	657 Kcal 14 Gr 11 Prot 70 HC 1,8 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	693 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		 Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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



1 609 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Merluza en salsa verde c/lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 630 Kcal 13 Gr 30 Prot 64 HC 0,0 AGS Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 693 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



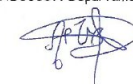
Temporada

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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1	609 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5	686 Kcal 36 Gr 26 Prot 36 HC 4,8 AGS
Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T	
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Yogur 2	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T		Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T	
		Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8		Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef&veg 10T		Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4	
		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Yogur 2	
		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	693 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo,zanah,guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sauteed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Postre especial	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



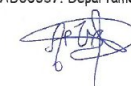
Temporada

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

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

[Handwritten signature]

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



1 609 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 657 Kcal 14 Gr 11 Prot 70 HC 1,8 AGS Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Merluza en salsa verde c/lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 630 Kcal 13 Gr 30 Prot 64 HC 0,0 AGS Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 693 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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

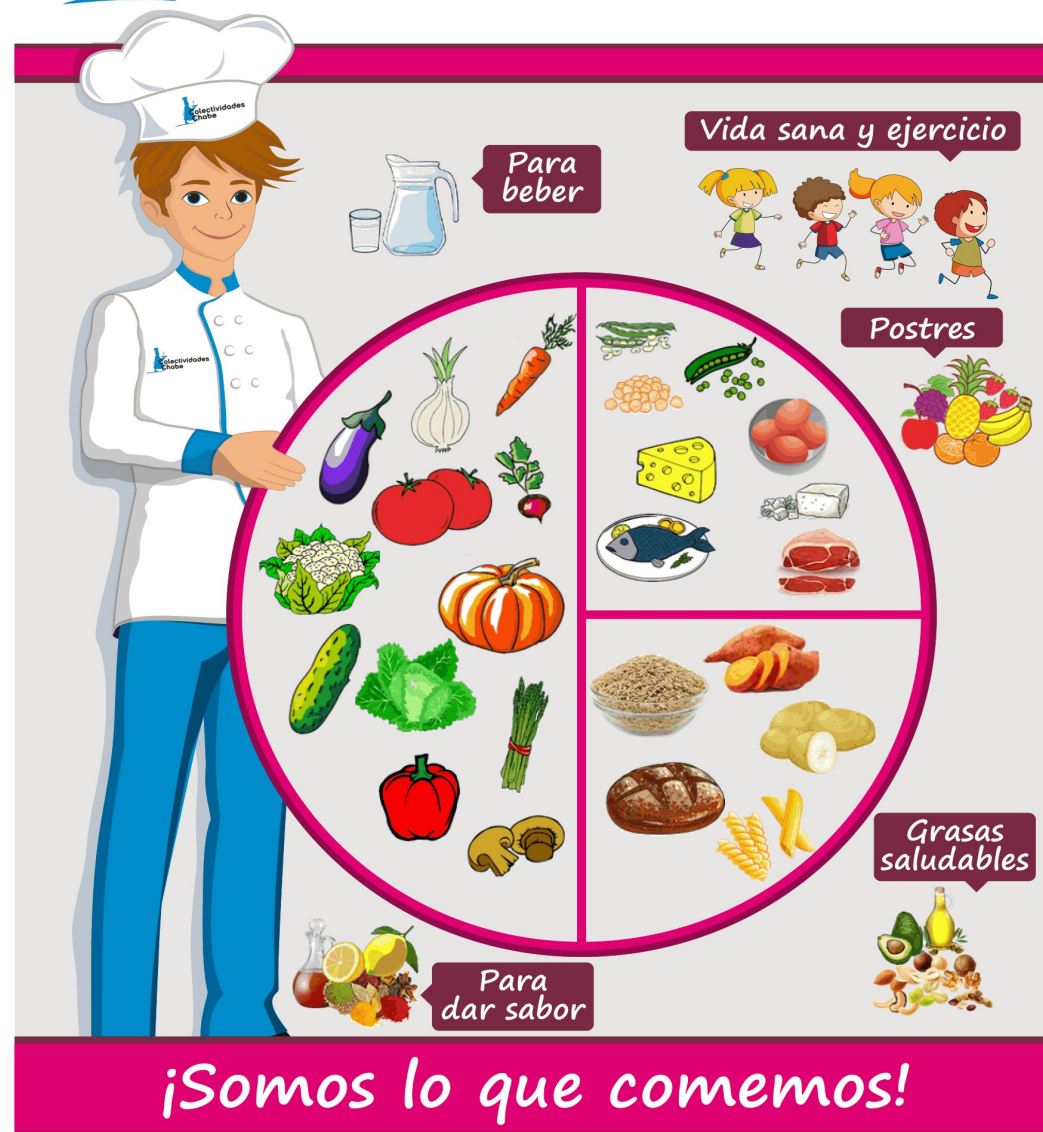


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	578 Kcal 27 Gr 23 Prot 87 HC 1,0 AGS	2	588 Kcal 33 Gr 22 Prot 53 HC 6,2 AGS	3	506 Kcal 15 Gr 19 Prot 75 HC 0,2 AGS	4	529 Kcal 23 Gr 15 Prot 41 HC 0,1 AGS	5	576 Kcal 25 Gr 17 Prot 18 HC 4,1 AGS
Macarrones salteados sin gluten Gluten free sauteed pasta	Brócoli rehogado Sautéed broccoli	Paella de verduras Vegetable Paella	Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables	Crema de calabaza Pumpkin cream					
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T	Magro en su jugo c/arroz Lean pork curry with rice	Merluza al horno Baked hake 4-5T-6T	Tortilla francesa Omelett 3	Pollo asado Roasted chicken					
Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit	Yogur 2					

8	Festivo	9	529 Kcal 23 Gr 15 Prot 41 HC 0,1 AGS	10	560 Kcal 23 Gr 7 Prot 56 HC 0,1 AGS	11	690 Kcal 31 Gr 24 Prot 94 HC 0,9 AGS	12	659 Kcal 29 Gr 26 Prot 71 HC 3,2 AGS
		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables	Crema de calabacín Zucchini cream 10T			Sopa de ave con fideos sin gluten G/f soup	Macarrones salteados sin gluten Gluten free		
		Tortilla francesa Omelett 3	Albóndigas caseras de ternera c/arroz salteado Meatballs with stir-fried rice			Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef&veg 10T	Salmón al horno Grilled salmon fillet with lettuce 4		
		Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit			Fruta de temporada Seasonal fruit	Yogur 2		

15	563 Kcal 17 Gr 18 Prot 73 HC 0,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	580 Kcal 22 Gr 13 Prot 84 HC 1,9 AGS	18	605 Kcal 14 Gr 18 Prot 43 HC 0,1 AGS	19	629 Kcal 26 Gr 31 Prot 40 HC 6,1 AGS
Arroz cocido Soup rice	Judías verdes rehogadas Sauteed green beans	Macarrones salteados sin gluten Gluten free sauteed pasta	Crema de calabacín Zucchini cream 10T			Merluza a la andaluza s/g Gluten-free attered hake 4-5T-6T			
Merluza en salsa verde baked cod with green sauce 4-5T-6T	Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries	Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3	Merluza a la andaluza s/g Gluten-free attered hake 4-5T-6T			Fruta de temporada Seasonal fruit			
Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit	Fruta de temporada Seasonal fruit						

Comida especial

Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles	
Hamburguesa casera de ternera c/ patatas chips Homemade burger with chips	
Fruta de temporada Seasonal fruit	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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 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



1	614 Kcal 30 Gr 29 Prot 82 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	647 Kcal 25 Gr 18 Prot 62 HC 0,1 AGS	4	670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	655 Kcal 34 Gr 18 Prot 62 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	643 Kcal 26 Gr 24 Prot 77 HC 1,0 AGS	16	651 Kcal 19 Gr 35 Prot 48 HC 0,2 AGS	17	614 Kcal 25 Gr 21 Prot 80 HC 1,9 AGS	18	630 Kcal 13 Gr 30 Prot 64 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Verduras salteadas Sauteed vegetables		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		 Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



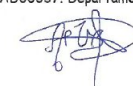
Temporada

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

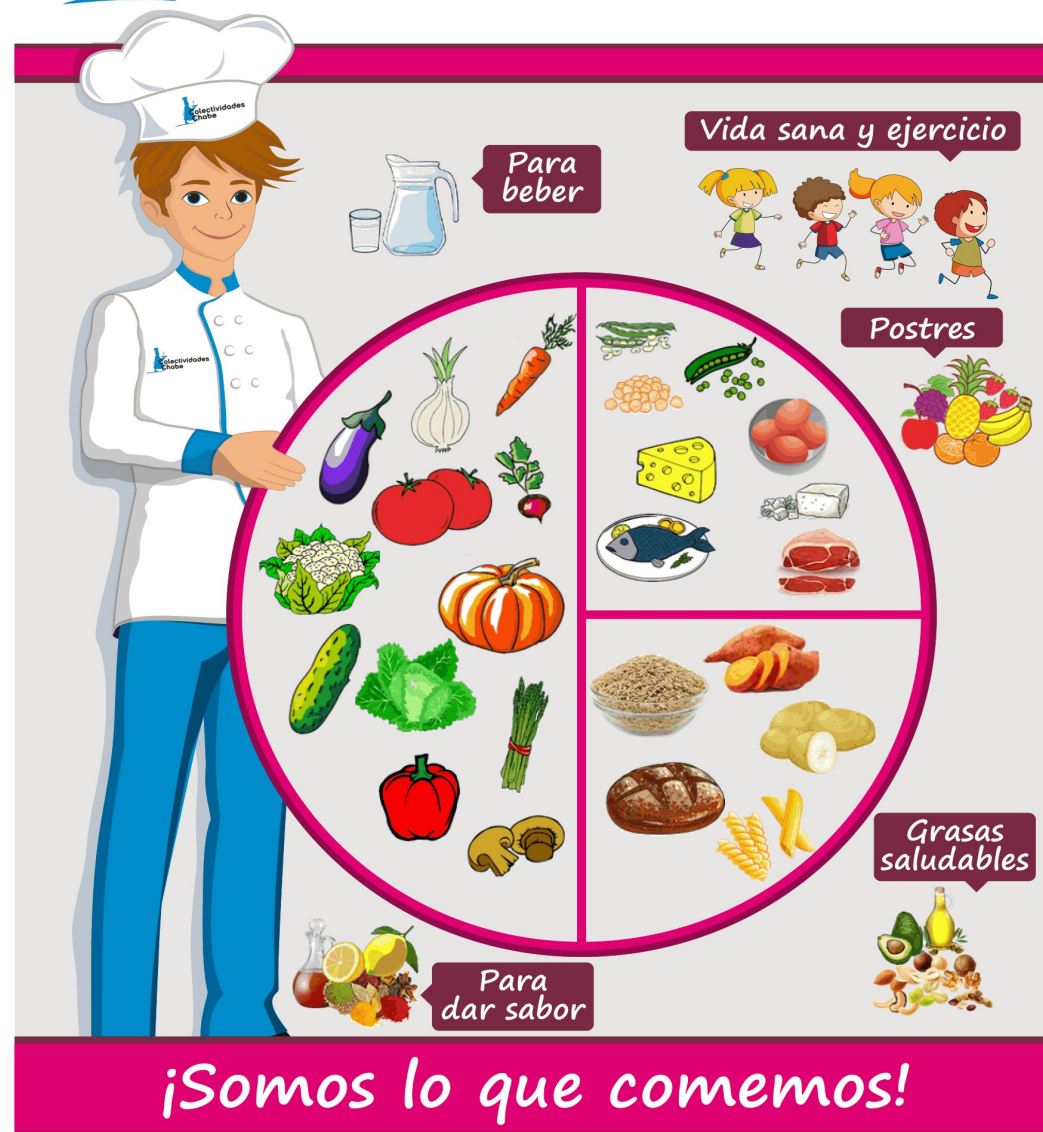


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	614 Kcal 30 Gr 29 Prot 82 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	647 Kcal 25 Gr 18 Prot 62 HC 0,1 AGS	4	670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	655 Kcal 34 Gr 18 Prot 62 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	643 Kcal 26 Gr 24 Prot 77 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	614 Kcal 25 Gr 21 Prot 80 HC 1,9 AGS	18	630 Kcal 13 Gr 30 Prot 64 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		 Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Fruta pelada Peeled fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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



1	608 Kcal 33 Gr 33 Prot 82 HC 0,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	647 Kcal 25 Gr 18 Prot 62 HC 0,1 AGS	4	670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Caballa c/pisto de verduras Mackerel with ratatouille 4-8T-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	655 Kcal 34 Gr 18 Prot 62 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	691 Kcal 21 Gr 37 Prot 61 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Caballa en aceite c/lechuga y maíz Mackerel in oil with salad 4-8T Yogur 2 Pan Bread 1	
15	643 Kcal 26 Gr 24 Prot 77 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	614 Kcal 25 Gr 21 Prot 80 HC 1,9 AGS	18	630 Kcal 13 Gr 30 Prot 64 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Judías verdes rehogadas Sauteed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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

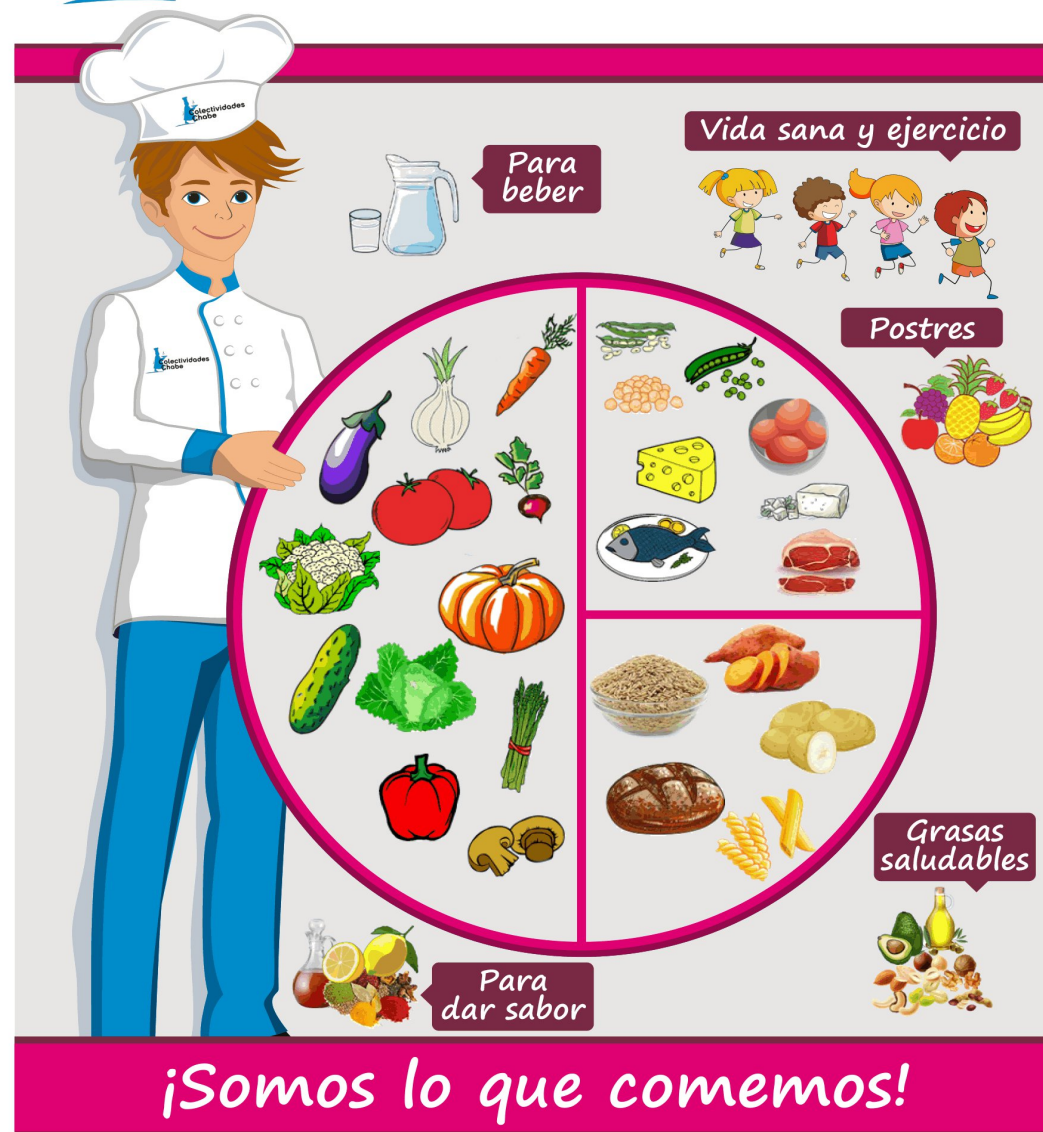


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	616 Kcal 28 Gr 24 Prot 99 HC 1,0 AGS	2	606 Kcal 29 Gr 38 Prot 96 HC 3,6 AGS	3	603 Kcal 24 Gr 19 Prot 77 HC 0,1 AGS	4	632 Kcal 20 Gr 13 Prot 57 HC 2,0 AGS	5	673 Kcal 34 Gr 24 Prot 64 HC 2,5 AGS
Macarrones salteados sin gluten Gluten free sautéed pasta Salmón al horno Grilled salmon fillet with lettuce 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Cinta de lomo fresca c/arroz salteado Pork tenderloin with sautéed brown rice Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Arroz con verduras y pollo Rice with vegetables and chicken Merluza al horno Baked hake 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla francesa* French omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	
8	Festivo	9	622 Kcal 20 Gr 13 Prot 57 HC 2,0 AGS	10	655 Kcal 25 Gr 8 Prot 72 HC 0,1 AGS	11	688 Kcal 29 Gr 24 Prot 110 HC 0,9 AGS	12	646 Kcal 28 Gr 24 Prot 99 HC 0,9 AGS
		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla francesa* French omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas caseras de ternera c/arroz salteado Meatballs with stir-fried rice Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Sopa de ave con fideos sin gluten G/f soup Garbanzos, pollo, ternera y patata Chickpeas, chicken beef & potatoes Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Macarrones salteados sin gluten Gluten free sautéed pasta Salmón al horno Grilled salmon fillet with lettuce 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	
15	608 Kcal 19 Gr 20 Prot 90 HC 0,0 AGS	16	614 Kcal 23 Gr 34 Prot 65 HC 0,0 AGS	17	633 Kcal 21 Gr 15 Prot 99 HC 1,9 AGS	18	594 Kcal 24 Gr 19 Prot 50 HC 0,1 AGS	19	680 Kcal 16 Gr 28 Prot 57 HC 5,8 AGS
Arroz cocido Soup rice Merluza en salsa verde baked cod with green sauce 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Filete de pollo a la plancha con patatas Chicken fillet with potatoes Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Macarrones salteados sin gluten Gluten free sautéed pasta Tortilla francesa* French omelette 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Salmón al horno Baked salmon 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Comida especial Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Hamburguesa casera de ternera Homemade burger Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	

Todos los platos se cocinarán sin cebolla, puerro, ajo ni tomate

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



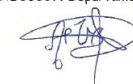
Temporada

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 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



1	634 Kcal 26 Gr 28 Prot 107 HC 1,0 AGS	2	612 Kcal 34 Gr 23 Prot 70 HC 6,2 AGS	3	641 Kcal 26 Gr 19 Prot 79 HC 0,1 AGS	4	621 Kcal 19 Gr 26 Prot 82 HC 2,2 AGS	5	628 Kcal 32 Gr 26 Prot 49 HC 4,8 AGS
Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/arroz Lean pork curry with rice		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread	
8	Festivo	9	670 Kcal 33 Gr 22 Prot 87 HC 2,7 AGS	10	649 Kcal 35 Gr 19 Prot 79 HC 0,2 AGS	11	684 Kcal 34 Gr 23 Prot 102 HC 0,7 AGS	12	676 Kcal 29 Gr 44 Prot 85 HC 2,6 AGS
		Alubias blancas guisadas con chorizo Stewed white beans with chorizo 10T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		T Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken, beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread	
15	637 Kcal 28 Gr 26 Prot 93 HC 1,0 AGS	16	628 Kcal 23 Gr 39 Prot 69 HC 0,2 AGS	17	636 Kcal 21 Gr 18 Prot 104 HC 1,9 AGS	18	642 Kcal 13 Gr 32 Prot 91 HC 0,3 AGS	19	693 Kcal 29 Gr 25 Prot 60 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread		Postre especial Pan sin gluten G/f bread	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



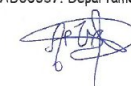
Temporada

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

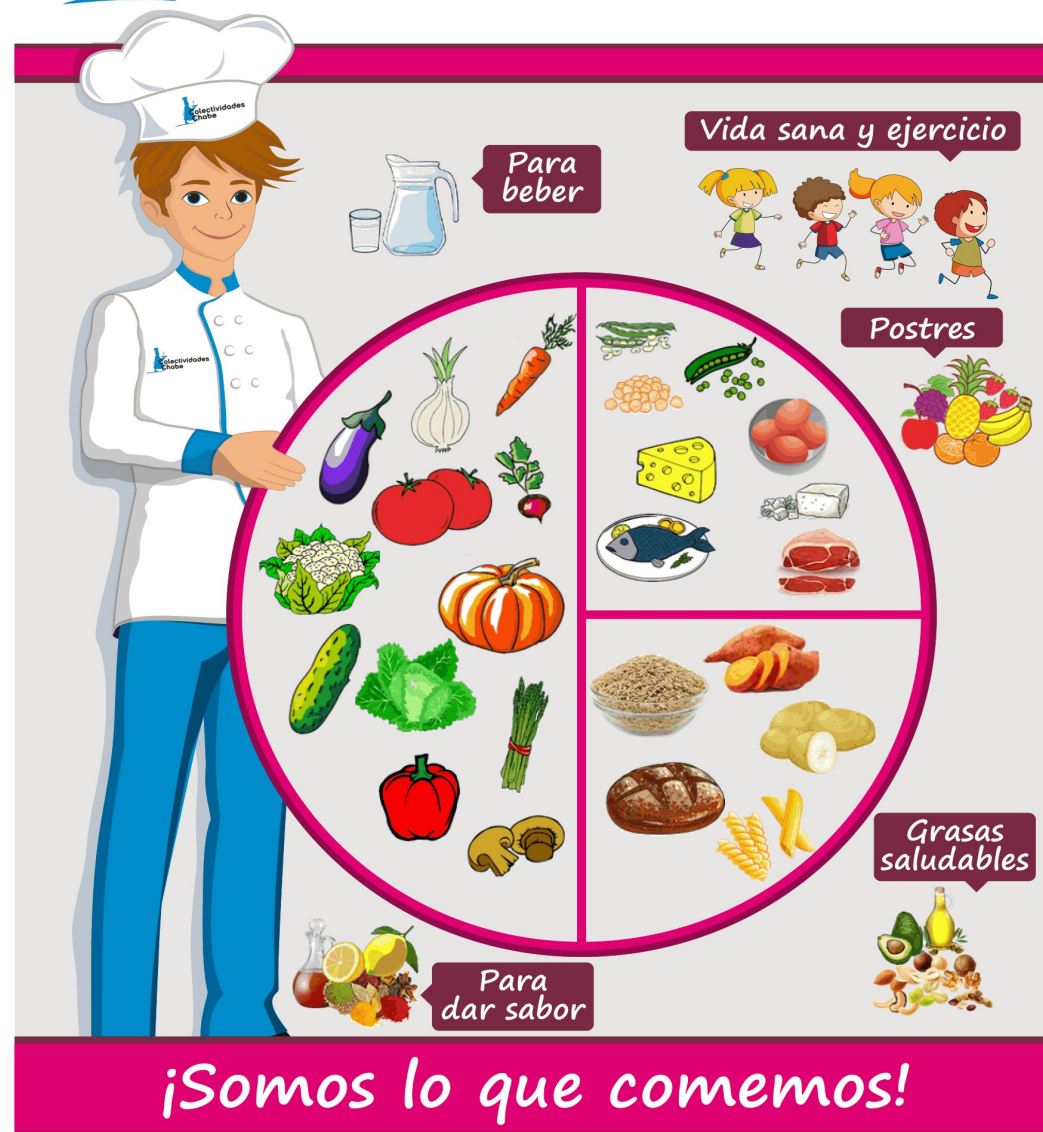


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1 614 Kcal 26 Gr 28 Prot 107 HC 1,0 AGS Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	2 622 Kcal 34 Gr 23 Prot 70 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/arroz Lean pork curry with rice Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	3 639 Kcal 31 Gr 33 Prot 78 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	4 621 Kcal 19 Gr 26 Prot 82 HC 2,2 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	5 628 Kcal 32 Gr 26 Prot 49 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
8 Festivo	9 670 Kcal 33 Gr 22 Prot 87 HC 2,7 AGS Alubias blancas guisadas con chorizo Stewed white beans with chorizo 10T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	10 649 Kcal 35 Gr 19 Prot 79 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	11 684 Kcal 34 Gr 23 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 de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	12 676 Kcal 29 Gr 44 Prot 85 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
15 627 Kcal 25 Gr 31 Prot 93 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	16 638 Kcal 23 Gr 39 Prot 69 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	17 636 Kcal 21 Gr 18 Prot 104 HC 1,9 AGS Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	18 644 Kcal 25 Gr 45 Prot 81 HC 0,3 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon with salad 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	19 696 Kcal 29 Gr 25 Prot 60 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan sin gluten G/f bread

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 634 Kcal 26 Gr 28 Prot 107 HC 1,0 AGS	2 632 Kcal 34 Gr 23 Prot 70 HC 6,2 AGS	3 641 Kcal 26 Gr 19 Prot 79 HC 0,1 AGS	4 621 Kcal 19 Gr 26 Prot 82 HC 2,2 AGS	5 628 Kcal 32 Gr 26 Prot 49 HC 4,8 AGS
Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T	Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/arroz Lean pork curry with rice	Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T	Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3	Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	 Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
8 Festivo	9 670 Kcal 33 Gr 22 Prot 87 HC 2,7 AGS	10 649 Kcal 35 Gr 19 Prot 79 HC 0,2 AGS	11 684 Kcal 34 Gr 23 Prot 102 HC 0,7 AGS	12 676 Kcal 29 Gr 44 Prot 85 HC 2,6 AGS
	Alubias blancas guisadas con chorizo Stewed white beans with chorizo 10T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	 Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	T Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken, beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan sin gluten G/f bread
15 637 Kcal 28 Gr 26 Prot 93 HC 1,0 AGS	16 638 Kcal 23 Gr 39 Prot 69 HC 0,2 AGS	17 636 Kcal 21 Gr 18 Prot 104 HC 1,9 AGS	18 622 Kcal 13 Gr 32 Prot 91 HC 0,3 AGS	19 696 Kcal 29 Gr 25 Prot 60 HC 6,3 AGS Comida especial
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan sin gluten G/f bread	Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8  Postre especial Pan sin gluten G/f bread

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 609 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3 642 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4 670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T	Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T	Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T	Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T	Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	 Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11 695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
	Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1
15 628 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18 678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19 696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T	Judías verdes rehogadas Sautéed green beans	Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T	 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T	 Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T	Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries	Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3	F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T	Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



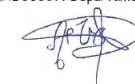
Temporada

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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 639 Kcal 24 Gr 26 Prot 90 HC 1,0 AGS Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 644 Kcal 30 Gr 31 Prot 61 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	4 619 Kcal 22 Gr 37 Prot 65 HC 2,9 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Cinta de lomo a la plancha c/lechuga y zanahoria Pork loin with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 603 Kcal 25 Gr 30 Prot 65 HC 0,1 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Lacón a la plancha con lechuga y tomate Grilled fillet of pork with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 655 Kcal 34 Gr 18 Prot 62 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	11 683 Kcal 32 Gr 21 Prot 85 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 de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 681 Kcal 27 Gr 42 Prot 68 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 658 Kcal 22 Gr 29 Prot 85 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (zanahoria y guisantes) Three delights rice 10T Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 655 Kcal 20 Gr 22 Prot 87 HC 0,0 AGS Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Cinta de lomo fresca con lechuga y maíz Baked tenderloin tape with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	18 623 Kcal 25 Gr 42 Prot 54 HC 0,0 AGS Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon with salad 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 694 Kcal 28 Gr 23 Prot 43 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1	635 Kcal 27 Gr 31 Prot 112 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	679 Kcal 33 Gr 36 Prot 84 HC 0,1 AGS	4	619 Kcal 22 Gr 37 Prot 65 HC 2,9 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Cinta de lomo a la plancha c/lechuga y zanahoria Pork loin with salad  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries  Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	603 Kcal 25 Gr 30 Prot 65 HC 0,1 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	693 Kcal 32 Gr 21 Prot 85 HC 0,7 AGS	12	681 Kcal 27 Gr 42 Prot 68 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Lacón a la plancha con lechuga y tomate Grilled fillet of pork with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de cocido con fideos sin gluten Gluten-free noodle soup Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef&veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	693 Kcal 26 Gr 34 Prot 107 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	630 Kcal 23 Gr 28 Prot 110 HC 0,0 AGS	18	623 Kcal 25 Gr 42 Prot 54 HC 0,0 AGS	19	684 Kcal 28 Gr 23 Prot 43 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (zanahoria y guisantes) Three delights rice 10T Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Judías verdes rehogadas Sauteed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Cinta de lomo fresca con lechuga y maíz Baked tenderloin tape with salad  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon with salad 4  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Comida especial Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8  Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



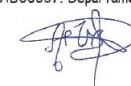
Temporada

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



1 635 Kcal 27 Gr 31 Prot 112 HC 1,0 AGS Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 619 Kcal 22 Gr 37 Prot 65 HC 2,9 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Cinta de lomo a la plancha c/lechuga y zanahoria Pork loin with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 603 Kcal 25 Gr 30 Prot 65 HC 0,1 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Lacón a la plancha con lechuga y tomate Grilled fillet of pork with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 693 Kcal 32 Gr 21 Prot 85 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 de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 681 Kcal 27 Gr 42 Prot 68 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara s/g (nata y bacón) Pasta carbonara 2-7T-8 Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 602 Kcal 29 Gr 29 Prot 107 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (zanahoria y guisantes) Three delights rice 10T Merluza en salsa verde c/lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 639 Kcal 21 Gr 28 Prot 111 HC 0,0 AGS Macarrones con tomate sin gluten Gluten-free macaroni pasta in tomato sauce Cinta de Sajonia c/lechuga y maíz Sajonia steak with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 630 Kcal 13 Gr 30 Prot 64 HC 0,0 AGS Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Merluza a la andaluza s/g c/lechuga y aceitunas Gluten-free altered hake with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 694 Kcal 28 Gr 23 Prot 43 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos s/gluten Meat soup with noodles Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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

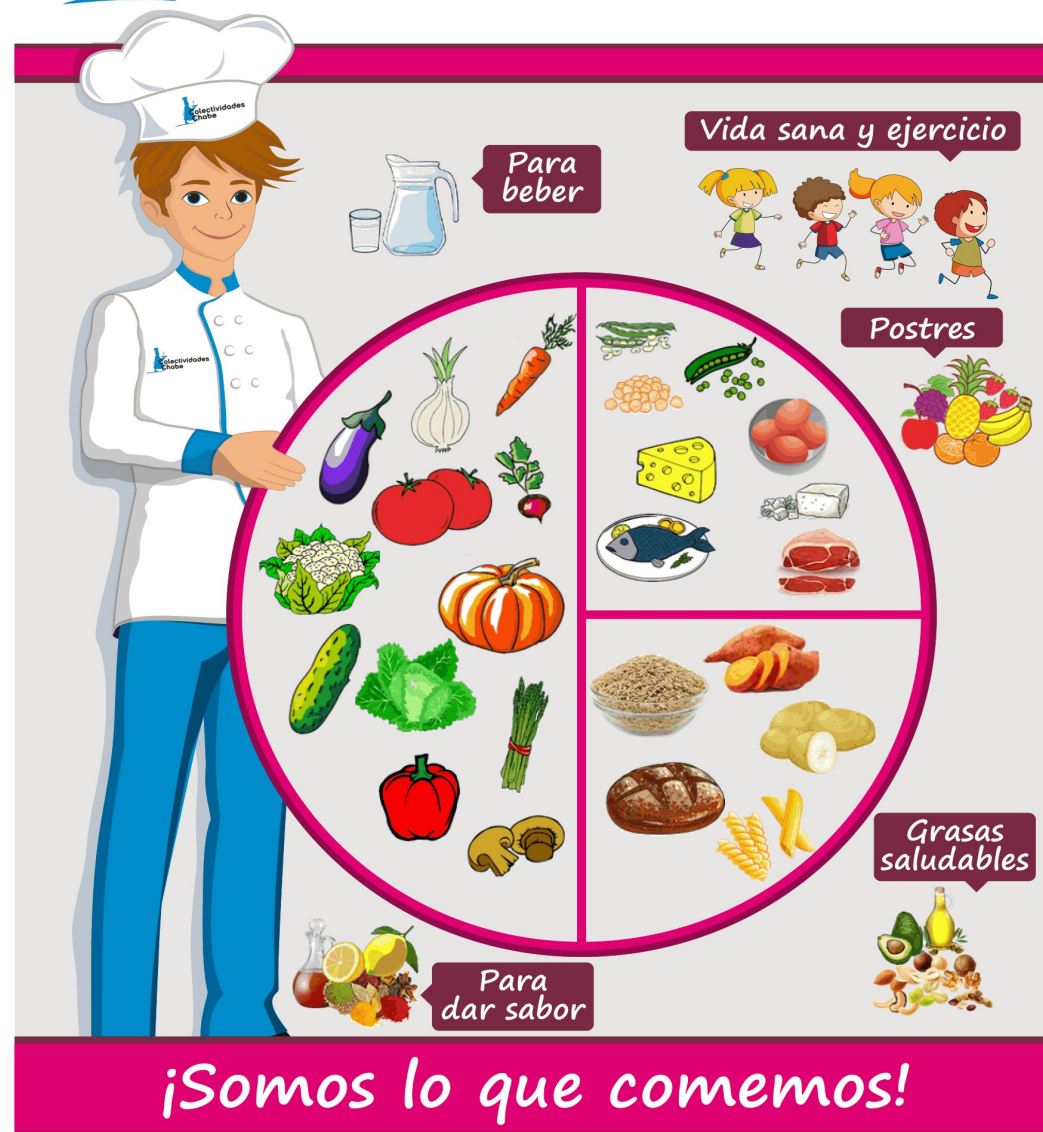


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS	5	618 Kcal 27 Gr 20 Prot 23 HC 2,5 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Gelatina Jelly Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	682 Kcal 27 Gr 22 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	696 Kcal 24 Gr 44 Prot 61 HC 0,0 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de ave con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones con tomate Macaroni pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Gelatina Jelly Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1.651,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 29 Prot 76 HC 0,1 AGS	19	691 Kcal 24 Gr 20 Prot 33 HC 6,0 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		 Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	619 Kcal 22 Gr 37 Prot 65 HC 2,9 AGS	5	628 Kcal 27 Gr 20 Prot 23 HC 2,5 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Crema de calabaza Pumpkin cream T	
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Cinta de lomo a la plancha c/lechuga y zanahoria Pork loin with salad		Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Gelatina Jelly	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
8		9	603 Kcal 25 Gr 30 Prot 65 HC 0,1 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	696 Kcal 24 Gr 44 Prot 61 HC 0,0 AGS
Festivo		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T		Macarrones con tomate Maccaroni pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T	
Lacón a la plancha con lechuga y tomate Grilled fillet of pork with salad		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8		Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T		Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4		Gelatina Jelly	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Pan Bread 1	
Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
15	602 Kcal 29 Gr 29 Prot 107 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	632 Kcal 27 Gr 32 Prot 104 HC 0,0 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	693 Kcal 24 Gr 20 Prot 33 HC 6,0 AGS
Arroz 3 delicias casero (zanahoria y guisantes) Three delights rice 10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Comida especial	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Cinta de Sajonia c/lechuga y maíz Sajonia steak with salad		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Postre especial	
								Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	613 Kcal 22 Gr 12 Prot 42 HC 2,0 AGS	5	618 Kcal 27 Gr 20 Prot 23 HC 2,5 AGS
Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Gelatina Jelly Pan Bread 1	
8	Festivo	9	661 Kcal 33 Gr 9 Prot 55 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	692 Kcal 23 Gr 12 Prot 65 HC 0,2 AGS	12	696 Kcal 24 Gr 44 Prot 61 HC 0,0 AGS
		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de ave con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Cocido sin garbanzos (carne y verdura) Chicken beef&veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones con tomate Maccaroni pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Gelatina Jelly Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	685 Kcal 26 Gr 15 Prot 47 HC 0,1 AGS	19	694 Kcal 24 Gr 20 Prot 33 HC 6,0 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo,zanah,guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sauteed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



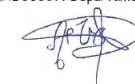
Temporada

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

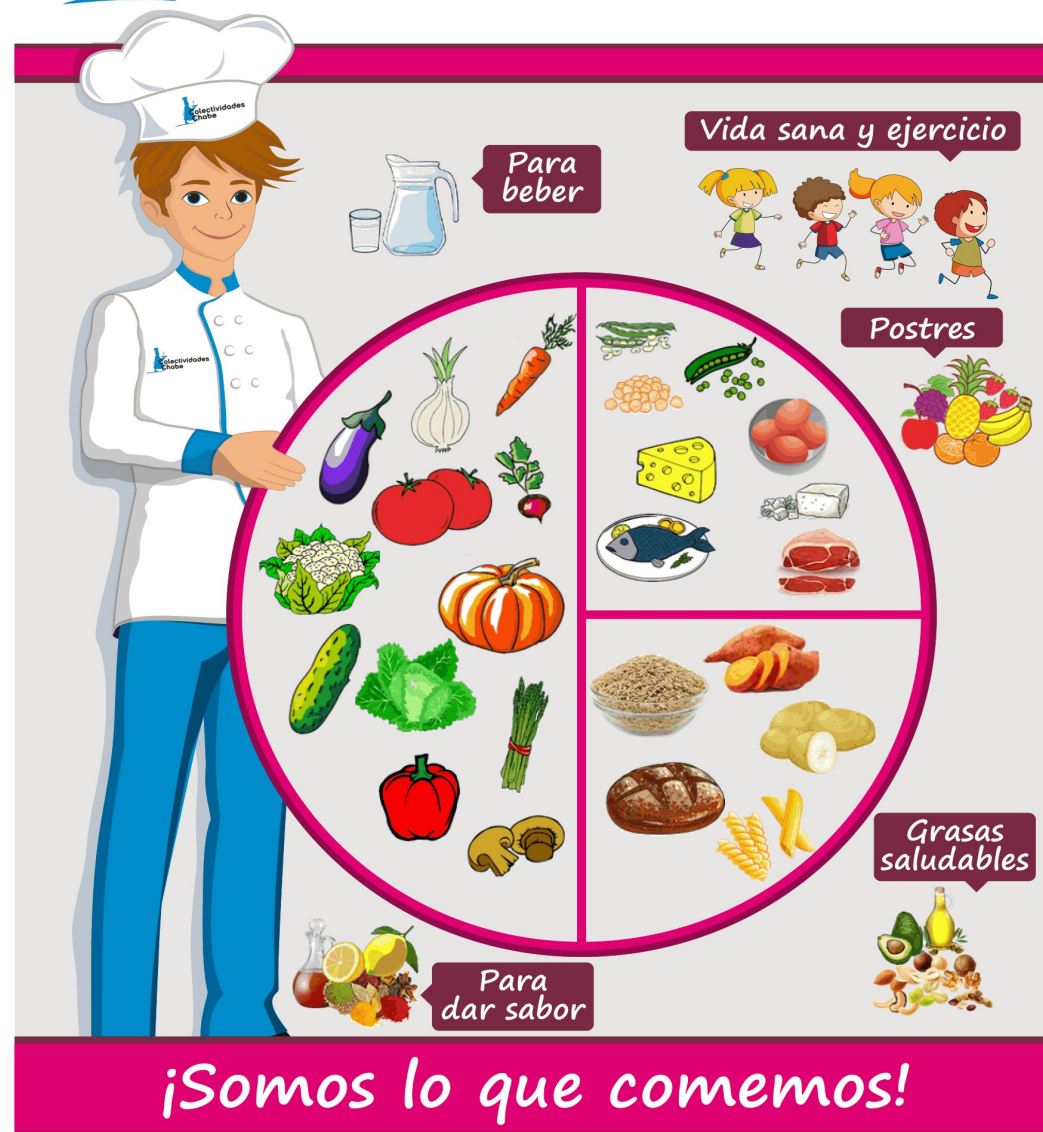


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS	5	618 Kcal 27 Gr 20 Prot 23 HC 2,5 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Gelatina Jelly Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	696 Kcal 24 Gr 44 Prot 61 HC 0,0 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones con tomate Maccaroni pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Gelatina Jelly Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	694 Kcal 24 Gr 20 Prot 33 HC 6,0 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Comida especial  Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



1 639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 657 Kcal 14 Gr 11 Prot 70 HC 1,8 AGS Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 661 Kcal 33 Gr 9 Prot 55 HC 2,7 AGS Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 692 Kcal 23 Gr 12 Prot 65 HC 0,2 AGS Sopa de ave con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Cocido sin garbanzos (carne y verdura) Chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo,zanah,guis) Rice three delights 3-10T Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 685 Kcal 26 Gr 15 Prot 47 HC 0,1 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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 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



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	661 Kcal 33 Gr 9 Prot 55 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Patatas guisadas con verduras Stewed potatoes with vegetables Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	616 Kcal 26 Gr 23 Prot 34 HC 0,1 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon fillet with salad 4		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



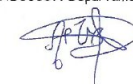
Temporada

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

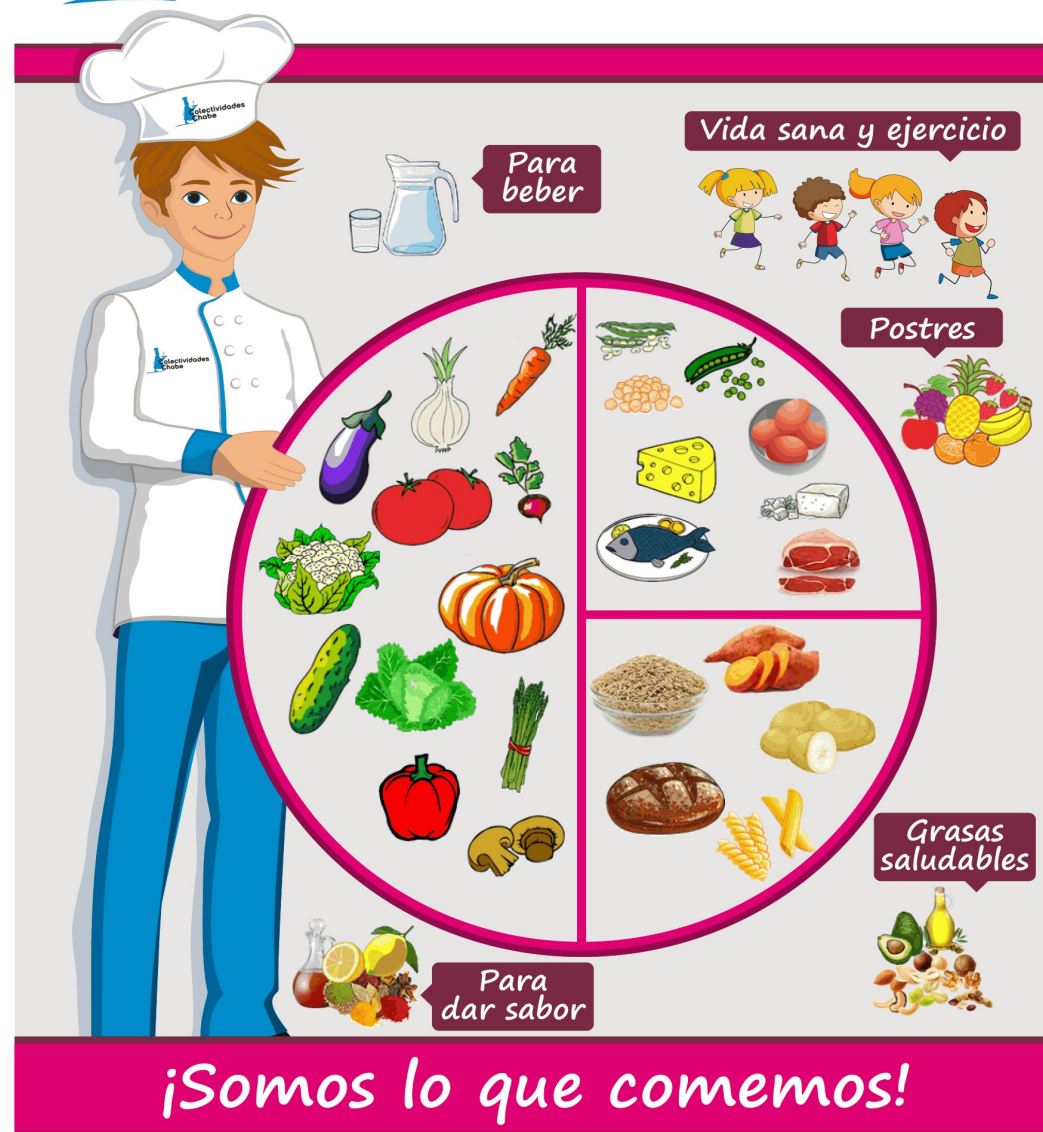


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Crema de calabaza Pumpkin cream	T
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Yogur 2	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
8		9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
Festivo		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T	T	Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T	
		Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8		Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T		Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4	
		Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Yogur 2	
		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Comida especial	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Fruta pelada Peeled fruit		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Postre especial	
								Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



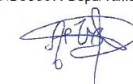
Temporada

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



1	634 Kcal 30 Gr 29 Prot 82 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	644 Kcal 30 Gr 31 Prot 61 HC 0,1 AGS	4	626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Crema de calabaza Pumpkin cream T	
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T		Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Yogur 2	
Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	655 Kcal 34 Gr 18 Prot 62 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T	
		Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8		Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T		Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4	
		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Yogur 2	
		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
15	633 Kcal 23 Gr 30 Prot 76 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	624 Kcal 25 Gr 21 Prot 80 HC 1,9 AGS	18	623 Kcal 25 Gr 42 Prot 54 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		Almón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon with salad 4		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Postre especial	
Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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 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

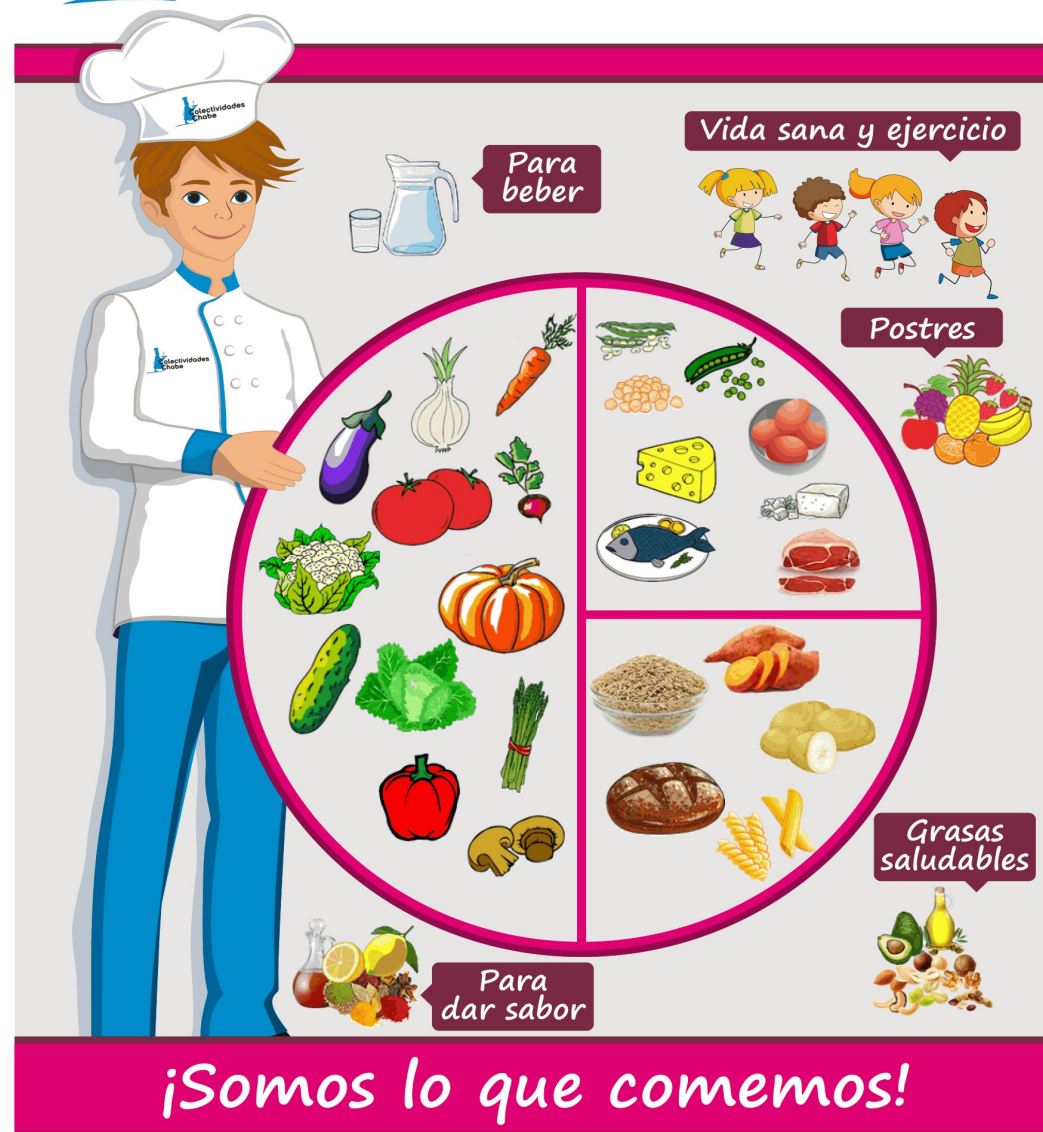


RECICLA DE FORMA SOSTENIBLE, DEPOSITA CADA RESIDUO EN SU CORRESPONDIENTE CUBO DE RECICLAJE

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



1 639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 679 Kcal 33 Gr 36 Prot 84 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 668 Kcal 26 Gr 35 Prot 99 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 623 Kcal 25 Gr 42 Prot 54 HC 0,0 AGS Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon with salad 4 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



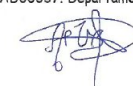
Temporada

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



Para beber

Vida sana y ejercicio

Postres

Grasas saludables

Para dar sabor

¡Somos lo que comemos!

www.colectividadeschabe.com

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3 682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4 670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T	Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T	Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T	Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T	Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral whole wheat bread 1	Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral whole wheat bread 1	Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11 695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS
	Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18 678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19 696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Merluza en salsa verde c/lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los platos se cocinarán sin orégano

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo

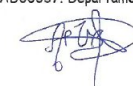


T Temporada

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 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



1 639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	2 617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	3 679 Kcal 33 Gr 36 Prot 84 HC 0,1 AGS Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	4 626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	5 604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS Crema de calabaza Pumpkin cream Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries Yogur 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	10 690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	11 695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	12 684 Kcal 27 Gr 46 Prot 62 HC 2,6 AGS Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4 Yogur 2 Pan Bread 1
15 615 Kcal 31 Gr 36 Prot 100 HC 1,0 AGS Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T Caballa en aceite c/lechuga y remolacha Mackerel in oil with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	16 603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	17 629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1	18 623 Kcal 25 Gr 42 Prot 54 HC 0,0 AGS Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T Salmón al horno c/lechuga y aceitunas Baked salmon with salad 4-8T Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1	19 696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS Comida especial Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8 Postre especial Pan Bread 1

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



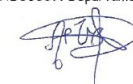
T Temporada

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 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



1	633 Kcal 34 Gr 29 Prot 106 HC 0,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	679 Kcal 33 Gr 36 Prot 84 HC 0,1 AGS	4	656 Kcal 18 Gr 28 Prot 66 HC 0,4 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Lacón a la gallega c/pisto de verduras Mackerel with ratatouille 10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Filete de pollo a la plancha c/lechuga y remolacha Baked chicken fillet with salad		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Tortilla francesa con lechuga y zanahoria French omelette with lettuce and carrot 3		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	691 Kcal 31 Gr 48 Prot 63 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Filete de pollo a la plancha c/lechuga y maíz Baked chicken fillet with salad  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	643 Kcal 27 Gr 27 Prot 100 HC 1.651,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	623 Kcal 25 Gr 42 Prot 54 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Comida especial  Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Cinta de Sajonia c/lechuga y remolacha Sajonia steak with salad Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		F. de pollo a la plancha c/lechuga y aceitunas Chicken fillet with salad  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8  Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



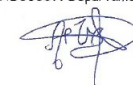
Temporada

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



1	639 Kcal 34 Gr 34 Prot 105 HC 1,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	626 Kcal 17 Gr 24 Prot 65 HC 2,2 AGS	5	618 Kcal 27 Gr 20 Prot 23 HC 2,5 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T		Crema de calabaza Pumpkin cream T	
Salmón al eneldo c/pisto de verduras Baked salmon with ratatouille 4-10T		Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Tortilla francesa con lechuga y zanahoria* French omelette with salad 3		Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Gelatina Jelly	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	696 Kcal 24 Gr 44 Prot 61 HC 0,0 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T		Crema de calabacín Zucchini cream 10T		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T		Macarrones con tomate Maccaroni pasta in tomato sauce 1-3T-8T-11T	
		Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3		Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8		Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T		Salmón al horno con lechuga y maíz Baked salmon with lettuce and corn 4	
		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Gelatina Jelly	
		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	691 Kcal 24 Gr 20 Prot 33 HC 6,0 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		Comida especial	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Fruta de temporada Seasonal fruit		Postre especial	
Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan integral Whole wheat bread 1		Pan Bread 1		Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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



1	643 Kcal 36 Gr 38 Prot 104 HC 0,0 AGS	2	617 Kcal 33 Gr 23 Prot 47 HC 6,2 AGS	3	682 Kcal 28 Gr 23 Prot 85 HC 0,1 AGS	4	670 Kcal 10 Gr 24 Prot 94 HC 2,0 AGS	5	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracollillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Caballa c/pisto de verduras Mackerel with ratatouille 4-8T-10T		Brócoli rehogado Sautéed broccoli Magro en su jugo c/coús-coús Lean pork curry with couscous 1-8T-11T		Paella de verduras y pollo Vegetable and chicken paella Merluza al horno con lechuga y remolacha Baked hake with lettuce and beetroot 4-5T-6T		Alubias blancas con verduras Stewed white beans with vegetables 10T Huevos villaroy c/lechuga y zanahoria Eggs villaroy with salad 1-2-3-4T-5T-6T-8-10T-11T		Crema de calabaza Pumpkin cream T Pollo asado con patatas Roasted chicken with fries	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Yogur 2 Pan Bread 1	
8	Festivo	9	687 Kcal 31 Gr 24 Prot 76 HC 2,7 AGS	10	690 Kcal 37 Gr 23 Prot 85 HC 0,2 AGS	11	695 Kcal 32 Gr 25 Prot 91 HC 0,7 AGS	12	691 Kcal 21 Gr 37 Prot 61 HC 2,6 AGS
		Lentejas guisadas con verduras Lentils stew with vegetables 1T Tortilla de patata c/lechuga y tomate* Potato omelette with lettuce & tomato 3 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Crema de calabacín Zucchini cream 10T Albóndigas mixtas de ternera en salsa c/arroz Beef meatballs with rice 8  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		T Sopa de cocido con fideos Soup with pasta 1-3T-8T-11T Garbanzos, pollo, ternera, chorizo y verduras Chickpeas, chicken beef & veg 10T  Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		Macarrones a la carbonara (nata y bacón) Pasta carbonara 1-2-3T-7T-8-11T Caballa en aceite c/lechuga y maíz Mackerel in oil with salad 4-8T  Yogur 2 Pan Bread 1	
15	678 Kcal 30 Gr 29 Prot 99 HC 1,0 AGS	16	603 Kcal 21 Gr 37 Prot 53 HC 0,2 AGS	17	629 Kcal 29 Gr 26 Prot 103 HC 1,9 AGS	18	678 Kcal 21 Gr 26 Prot 68 HC 0,0 AGS	19	696 Kcal 28 Gr 24 Prot 42 HC 6,3 AGS
Arroz 3 delicias casero (huevo, zanah, guis) Rice three delights 3-10T		Judías verdes rehogadas Sautéed green beans		Macarrones int con tomate Wholemeal macaroni in tomato sauce 1-3T-8T-11T		 Lentejas a la Riojana* Rioja-style lentil stew 1T-10T		 Sopa de picadillo con fideos Meat soup with noodles 1-3T-8T-11T	
Merluza en salsa verde c/ lechuga y remolacha Hake in green sauce with salad 4-5T-6T		Estofado de pollo al tomillo c/patatas Chicken stew with thyme and french fries		Tortilla francesa con lechuga y maíz* French omelette with lettuce and corn 3		F. bacalao rebozado con lechuga y aceitunas Battered cod & salad 1-2T-3T-4-5T-6T		Burgermeat c/patatas chip Burger with chips 8	
Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan integral Whole wheat bread 1		 Fruta de temporada Seasonal fruit Pan Bread 1		 Postre especial Pan Bread 1	

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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-Altramuzes



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



1	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 1,0 AGS	2	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS	3	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS	4	497 Kcal 5 Gr 16 Prot 42 HC 0,3 AGS	5	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS
Puré de verduras con salmón Salmon and vegetable puree <i>new</i> Puré de verduras con cerdo Pork and vegetable puree <i>new</i> Puré de verduras con merluza Hake and vegetable puree <i>new</i> Puré de alubias blancas White bean puree 10T Puré de verduras con pollo Chicken and vegetable puree <i>new</i>									
8	Festivo								
9	410 Kcal 7 Gr 18 Prot 41 HC 0,1 AGS	10	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS	11	521 Kcal 15 Gr 13 Prot 29 HC 0,7 AGS	12	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS		
Puré de lentejas Lentil puree 1T  Puré de verduras con ternera Beef and vegetable puree <i>new</i> Puré de cocido completo Stew puree 10T Puré de verduras con salmón Salmon and vegetable puree <i>new</i>									
15	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 1,0 AGS	16	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS	17	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS	18	410 Kcal 7 Gr 18 Prot 41 HC 0,1 AGS	19	490 Kcal 7 Gr 13 Prot 37 HC 0,6 AGS
Puré de verduras con merluza Hake and vegetable puree <i>new</i> Puré de verduras con pollo Chicken and vegetable puree <i>new</i> Puré de verduras con cerdo Pork and vegetable puree <i>new</i> Puré de lentejas Lentil puree 1T  Comida especial Puré de verduras con ternera Beef and vegetable puree <i>new</i>									

Todos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un



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