

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	604 Kcal 30 Gr 24 Prot 32 HC 4,8 AGS
Caracolíllos 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
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 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 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	
22		23		24		25		26	

Jodos los que hacemos posible el funcionamiento de Colectividades Chabe, queremos desearles una Feliz Navidad y un próspero año 2026



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