

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 650 Kcal 21 Gr 13 Prot 46 HC 0,0 AGS Crema de hortalizas (calabacín y zanahoria) Vegetables cream Filete de lacón asado con patatas Lacon & potatoes Fruta Fruit Pan Bread 1	2 635 Kcal 27 Gr 25 Prot 63 HC 0,0 AGS Caracolillos con salsa de tomate Pasta with tomato 1-3T-8T-11T Lomo de abadejo a la alicantina con ensalada fish fillet with salad 4 Fruta Fruit Pan Bread 1	3 656 Kcal 26 Gr 18 Prot 36 HC 1,6 AGS Guisantes al ajillo Green peas sautéed Jamoncitos de pollo asados c/ champiñones Chicken drumsticks & mushrooms Fruta Fruit Pan Bread 1	4 657 Kcal 24 Gr 29 Prot 50 HC 0,2 AGS Lentejas eco estofadas con verduras Lentil stew with vegetables 1T Merluza en salsa marinera con tomate fresco Hake in sauce & tomato 4-5T-6T Fruta Fruit Pan Bread 1	5 634 Kcal 20 Gr 9 Prot 51 HC 3,3 AGS Jornada Constitución Española Paella de verduras con magro Rice with vegetables and meat Tortilla de patata con lechuga y maíz Omelette & lettuce and corn 3 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
8 Festivo	9 690 Kcal 22 Gr 15 Prot 52 HC 0,0 AGS Espirales con tomate y albahaca Pasta with tomato and basil 1-3T-8T-11T Fogonero en salsa al limón c/lechuga y zanahoria fish fillet & salad 4-10T Fruta Fruit Pan Bread 1	10 674 Kcal 29 Gr 25 Prot 75 HC 2,2 AGS Sopa de cocido con fideos ecológicos. Soup 1-3T-8T-11T Cocido de garbanzos, chorizo, tern, pollo y verd Stew Fruta Fruit Pan Bread 1	11 688 Kcal 22 Gr 16 Prot 53 HC 0,1 AGS Puré de verduras frescas Cream of vegetables Hamburguesa mixta de ternera en salsa c/cachelos hamburger & potatoes 8 Fruta Fruit Pan Bread 1	12 646 Kcal 19 Gr 19 Prot 46 HC 3,3 AGS Alubias blancas caseras c/zanah. y pimiento Stewed white beans Tortilla de calabacín c/tomate fresco Zucchini omelette & tomato slice 3 Yogur Yoghurt 2 Pan Bread 1
15 619 Kcal 33 Gr 20 Prot 63 HC 0,0 AGS Arroz rehogado con tomate. Rice with tomato sauce Merluza al ajillo con zanahoria baby Hake fillet & carrot 4-5T-6T-10T Fruta Fruit Pan Bread 1	16 647 Kcal 17 Gr 6 Prot 40 HC 1,1 AGS Judías verdes rehogadas green beans Tortilla española con tomate fresco Omelette & tomato slice 3 Fruta Fruit Pan Bread 1	17 643 Kcal 31 Gr 26 Prot 65 HC 0,2 AGS Lentejas ecológicas a la castellana Lentil stew with vegetables 1T Bacalao andaluz con ensalada Cod fillet & salad 1-2T-3T-4-5T-6T Fruta Fruit Pan Bread 1	18 663 Kcal 33 Gr 25 Prot 65 HC 5,2 AGS Sopa de ave con lluvia Soup 1-3T-8T-11T Magro estofado con verduritas Lean pork with vegetables Fruta Fruit Pan Bread 1	19 COMIDA ESPECIAL  Merry Christmas
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-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

Gabriela Gallego Iradi
 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