



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

SOPA DE LETRAS
POLLO EMPANADO
ENSALADA CAPRESE
FRUTA DE TEMPORADA

501,9Kcal - Prot:37,3g - Lip:17,2g - HC:47,4g

04

CREMA DE BATATA Y CALABAZA
PAELLA DE CARNE

YOGURT

537,2Kcal - Prot:14,0g - Lip:12,3g - HC:88,5g

05

SOPA DE VERDURAS Y ESTRELLITAS
CHULETA DE CERDO ASADAS
PAPAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA

571,3Kcal - Prot:32,2g - Lip:20,2g - HC:62,2g

06

FESTIVO

07

DÍA DEL ESTUDIANTE Y DEL ENSEÑANTE

08

FESTIVO

09

POTAJE DE LENTEJAS
PIZZA MARGARITA

YOGURT

597,6Kcal - Prot:26,4g - Lip:15,5g - HC:82,8g

10

POTAJE DE VERDURAS
FOGONERO A LA MEDITERRANEA
PAPAS ARRUGADAS
FRUTA DE TEMPORADA

553,0Kcal - Prot:30,6g - Lip:16,4g - HC:65,9g

13

SOPA DE ESTRELLITAS
ALBÓNDIGAS A LA CASERA
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA

402,9Kcal - Prot:16,0g - Lip:8,9g - HC:60,6g

14

CREMA DE PUERRO Y CALABAZA
FOGONERO EN SALSA MARINERA
ARROZ SALTEADO
YOGURT

755,5Kcal - Prot:29,6g - Lip:31,0g - HC:86,1g

15

CREMA DE ZANAHORIA
FIDEUA DE CARNE

FRUTA DE TEMPORADA

421,9Kcal - Prot:24,6g - Lip:10,3g - HC:54,0g

16

GARBANZOS COMPUESTOS
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA VARIADA
YOGURT

649,5Kcal - Prot:21,8g - Lip:24,5g - HC:81,0g

17

POTAJE DE JUDIAS PINTAS
POLLO AL CHILINDRÓN
PAPAS AL VAPOR
FRUTA DE TEMPORADA

544,7Kcal - Prot:34,5g - Lip:22,6g - HC:46,8g

20

CREMA DE HORTALIZAS
ESPIRALES TRICOLOR CON ATÚN Y SALSA POMODORO

FRUTA DE TEMPORADA

549,4Kcal - Prot:21,8g - Lip:11,0g - HC:85,8g

21

POTAJE DE ALUBÍAS BLANCAS Y VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA
TOMATES ALIÑADOS
FRUTA DE TEMPORADA

549,6Kcal - Prot:18,5g - Lip:19,4g - HC:65,9g

22

CREMA DE ACELGAS
NUGGTES DE POLLO
PAPAS EMPEREJILADA
DULCES NAVIDEÑOS

861,7Kcal - Prot:33,4g - Lip:38,6g - HC:92,2g



23

✓ *Nuestras ensaladas están aliñadas con AOVE*

✓ *Podrás elegir pan integral en el menú*



Alimenta tu tranquilidad

www.blog.colechef.com
DESCUBRE UN SINFÍN DE
CONTENIDOS PARA LA FAMILIA

AENOR

PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19

SERUNION