

LUNES

MARTES


MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Nueva APP Colechef: toda la información sobre el comedor escolar. Descárgatela: <https://colecchef.com/> y contacta para cualquier duda con sopORTEAPP@colecchef.com
Telf. De contacto: **848 48 00 09**
CODIGO ACTIVACION: ESKRLONB17

Canal de comunicación
<http://blog.colecchef.com/>
Ideas de menús, actividades, recomendaciones, foro de expertos

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>5</p> <p>VACACIONES</p>	<p>6</p> <p>VACACIONES</p>	<p>7</p> <p>VACACIONES</p>	<p>1</p> <p>VACACIONES</p>	<p>2</p> <p>VACACIONES</p>
<p>12</p> <p>Menestra de verduras salteadas Pechuga de pollo a las finas hierbas Lechuga Pan sin gluten Fruta fresca</p> <p>467,3Kcal - Prot:33,8g - Lip:13,7g - HC:52,6g AGS:2,4g - Azúcares:20,1g - Sal:1,8g</p>	<p>13</p> <p>Alubias blancas estofadas Limanda a la gallega Pan sin gluten Yogur natural local</p> <p>545,6Kcal - Prot:32,8g - Lip:13,1g - HC:68,8g AGS:3,2g - Azúcares:11,7g - Sal:1,7g</p>	<p>14</p> <p>Sopa de ave con fideos sin gluten Tortilla de calabacín casera Ensalada Pan sin gluten Platano de canarias</p> <p>555,9Kcal - Prot:23,0g - Lip:20,6g - HC:68,9g AGS:5,1g - Azúcares:19,7g - Sal:1,6g</p>	<p>15</p> <p>Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa de zanahorias Pan sin gluten Yogur sabor</p> <p>621,1Kcal - Prot:27,1g - Lip:15,2g - HC:93,8g AGS:4,2g - Azúcares:24,4g - Sal:1,4g</p>	<p>16</p> <p>Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo asado Rodaja de tomate Pan sin gluten Fruta ecológica</p> <p>662,2Kcal - Prot:41,5g - Lip:20,4g - HC:75,2g AGS:4,7g - Azúcares:18,1g - Sal:1,1g</p>
<p>19</p> <p>Arroz con verduras Albóndigas sin gluten, sin lactosa con tomate Pan sin gluten Fruta fresca</p> <p>743,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:32,2g - HC:90,0g AGS:1,0g - Azúcares:16,1g - Sal:1,1g</p>	<p>20</p> <p>Garbanzos guisados con calabaza Merluza al estilo Orio Pan sin gluten Yogur natural local</p> <p>522,4Kcal - Prot:31,3g - Lip:13,4g - HC:65,8g AGS:3,2g - Azúcares:10,1g - Sal:1,4g</p>	<p>21</p> <p>Borrajá con refrito Macarrones sin gluten con tomate Pan sin gluten Platano de canarias</p> <p>501,1Kcal - Prot:10,9g - Lip:9,5g - HC:91,5g AGS:2,0g - Azúcares:19,2g - Sal:1,5g</p>	<p>22</p> <p>Alubias pintas con verduras Pechuga de pavo a la plancha Pan sin gluten Fruta ecológica</p> <p>540,2Kcal - Prot:36,0g - Lip:11,2g - HC:68,4g AGS:2,1g - Azúcares:18,1g - Sal:1,1g</p>	<p>23</p> <p>FERIA DE ABRIL Ensaladilla rusa casera Gambas rebozadas Pan sin gluten Helado</p> <p>828,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:51,2g - HC:62,6g AGS:14,2g - Azúcares:23,3g - Sal:2,3g</p>
<p>26</p> <p>Judías verdes salteadas con jamón serrano Lomo fresco al horno Rodaja de tomate Pan sin gluten</p> <p>516,6Kcal - Prot:35,0g - Lip:18,6g - HC:49,1g AGS:5,0g - Azúcares:18,1g - Sal:1,4g</p>	<p>JORNADA REAL FISH 27</p> <p>Arroz con verduras y pollo Palometa al grill Pan sin gluten Yogur natural local</p>  <p>684,2Kcal - Prot:34,2g - Lip:17,5g - HC:97,1g AGS:5,6g - Azúcares:11,2g - Sal:2,0g</p>	<p>28</p> <p>Lentejas a la campesina Tortilla de patata casera Ensalada Pan sin gluten Platano de canarias</p> <p>684,1Kcal - Prot:27,3g - Lip:23,7g - HC:86,5g AGS:4,9g - Azúcares:19,2g - Sal:1,5g</p>	<p>29</p> <p>Sopa de ave con fideos sin gluten Estofado de pollo a la jardinera Pan sin gluten Yogur sabor</p> <p>637,6Kcal - Prot:47,0g - Lip:15,3g - HC:78,4g AGS:5,3g - Azúcares:23,0g - Sal:1,6g</p>	<p>30</p> <p>Crema de brócoli fresco Garbanzos guisados Pan sin gluten Fruta ecológica</p> <p>552,8Kcal - Prot:19,2g - Lip:10,2g - HC:89,3g AGS:1,3g - Azúcares:22,5g - Sal:1,0g</p>