

**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](mailto:sopORTEapp@colecchef.com)  
Telf. De contacto: **848 48 00 09**  
**CODIGO ACTIVACION: ESKRLONB17**

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES <sup>1</sup>	VIERNES <sup>2</sup>
<p style="text-align: right;"><b>5</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p style="text-align: right;"><b>6</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p style="text-align: right;"><b>7</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p style="text-align: right;"><b>8</b></p> <p>VACACIONES</p>	<p style="text-align: right;"><b>9</b></p> <p>VACACIONES</p>
<p style="text-align: right;"><b>12</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas Pechuga de pollo a las finas hierbas Lechuga Pan Fruta fresca</p> <p>480,1Kcal - Prot:36,6g - Lip:13,8g - HC:50,6g AGS:2,5g - Azúcares:20,9g - Sal:2,2g</p>	<p style="text-align: right;"><b>13</b></p> <p>Alubias blancas estofadas Limanda a la gallega Pan Yogur de soja</p> <p>577,5Kcal - Prot:35,1g - Lip:12,2g - HC:73,3g AGS:1,5g - Azúcares:18,5g - Sal:1,9g</p>	<p style="text-align: right;"><b>14</b></p> <p>Sopa de ave con fideos Tortilla de calabacín casera Ensalada Pan integral Platano de canarias</p> <p>577,8Kcal - Prot:27,3g - Lip:21,5g - HC:64,4g AGS:5,2g - Azúcares:21,5g - Sal:4,0g</p>	<p style="text-align: right;"><b>15</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa de zanahorias Pan Yogur de soja</p> <p>577,7Kcal - Prot:27,1g - Lip:13,4g - HC:84,1g AGS:1,9g - Azúcares:17,0g - Sal:1,6g</p>	<p style="text-align: right;"><b>16</b></p> <p>Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo asado Rodaja de tomate Pan Fruta ecológica</p> <p>675,0Kcal - Prot:44,2g - Lip:20,5g - HC:73,2g AGS:4,8g - Azúcares:18,9g - Sal:1,5g</p>
<p style="text-align: right;"><b>19</b></p> <p>Arroz con verduras Albóndigas sin gluten, sin lactosa con tomate Pan Fruta fresca</p> <p>756,5Kcal - Prot:25,0g - Lip:32,4g - HC:88,0g AGS:1,1g - Azúcares:16,9g - Sal:1,4g</p>	<p style="text-align: right;"><b>20</b></p> <p>Garbanzos guisados con calabaza Merluza al estilo Orio Pan Yogur de soja</p> <p>554,3Kcal - Prot:33,6g - Lip:12,6g - HC:70,3g AGS:1,5g - Azúcares:16,9g - Sal:1,6g</p>	<p style="text-align: right;"><b>21</b></p> <p>Borrajá con refrito Macarrones a la napolitana Pan integral Platano de canarias</p> <p>519,5Kcal - Prot:15,3g - Lip:9,5g - HC:87,4g AGS:1,7g - Azúcares:21,6g - Sal:1,7g</p>	<p style="text-align: right;"><b>22</b></p> <p>Alubias pintas con verduras Pechuga de pavo a la plancha Lechuga Pan Fruta ecológica</p> <p>585,2Kcal - Prot:39,2g - Lip:14,5g - HC:66,8g AGS:2,6g - Azúcares:19,3g - Sal:1,8g</p>	<p style="text-align: right;"><b>23</b></p> <p><b>FERIA DE ABRIL</b> Ensalada mixta Rabas caseras Pan Yogur de soja</p> <p>440,4Kcal - Prot:27,2g - Lip:17,9g - HC:40,3g AGS:2,8g - Azúcares:14,5g - Sal:2,4g</p>
<p style="text-align: right;"><b>26</b></p> <p>Judías verdes al ajoarriero Lomo fresco al horno Rodaja de tomate Pan Fruta fresca</p> <p>492,1Kcal - Prot:33,1g - Lip:16,8g - HC:46,9g AGS:4,4g - Azúcares:18,8g - Sal:1,4g</p>	<p style="text-align: right;"><b>27</b></p> <p><b>JORNADA REAL FISH</b> Arroz con verduras y pollo Palometa al grill Pan Yogur de soja </p> <p>716,1Kcal - Prot:36,5g - Lip:16,7g - HC:101,6g AGS:3,9g - Azúcares:17,9g - Sal:2,2g</p>	<p style="text-align: right;"><b>28</b></p> <p>Lentejas a la campesina Tortilla de patata casera Ensalada Pan integral Platano de canarias</p> <p>689,3Kcal - Prot:30,1g - Lip:24,0g - HC:80,9g AGS:4,9g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g</p>	<p style="text-align: right;"><b>29</b></p> <p>Sopa de ave con fideos Estofado de pollo a la jardinera Pan Yogur de soja</p> <p>522,2Kcal - Prot:40,4g - Lip:10,0g - HC:65,0g AGS:1,9g - Azúcares:14,6g - Sal:1,6g</p>	<p style="text-align: right;"><b>30</b></p> <p>Crema de brócoli fresco Garbanzos guisados Pan Fruta ecológica</p> <p>565,6Kcal - Prot:22,0g - Lip:10,4g - HC:87,3g AGS:1,4g - Azúcares:23,3g - Sal:1,4g</p>