

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



**VISITA NUESTRO**  
[www.blog.colechef.com](http://www.blog.colechef.com)  
**Y DESCUBRE UN SIN FÍN DE**  
**CONTENIDOS PARA**  
**LA FAMILIA**

**BIENVENIDOS**  
**LES DESEAMOS**  
**UN FELIZ INICIO DE CURSO**  
**2021-2022**

**DESDE SERUNION**  
**ESTAMOS MUY ILUSIONADOS**  
**DE VOLVER**  
**A REENCONTRARNOS CON**  
**TODOS VOSOTROS**



**CREMA DE VERDURAS**  
**FOGONERO EN SALSA VERDE**  
**ARROZ**  
VEGETABLES CREAM  
FIREPLACE IN GREEN SAUCE  
RICE  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
554,08Kcal-Prot:22,32g-Lip:12,54g-H.C:85,06g

09

**SOPA DE PESCADO s/h**  
**ALBONDIGAS MIXTAS s/h A LA JARDINERA**  
**PAPAS DADO**  
FISH SOUP  
MIXED MEATBALLS TO THE GARDENER  
GIVEN POTATOES  
**YOGURT**  
440,96Kcal-Prot:11,94g-Lip:7,43g-H.C:79,20g

10

**CREMA DE BRÓCOLI Y ZANAHORIA**  
**POLLO AL AJILLO SALTEADO CON CHAMPIÑONES**  
**VERDURAS ASADAS**  
BROCCOLI AND CARROT CREAM  
CHICKEN WITH GARLIC SAUTE  
WITH MUSHROOMS  
ROASTED VEGETABLES  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
498,13Kcal-Prot:15,14g-Lip:17,59g-H.C:67,02g

13

**MACARRONES s/h CON TOMATE Y ALBAHACA**  
**ABADEJO A LA SICILIANA**  
**ENSALADA MIXTA**  
MACARONI WITH TOMATO AND BASIL  
DOWN TO THE SICILIAN  
MIXED SALAD  
**GELATINA CASERA/ STRAWBERRY JELLY**  
539,38Kcal-Prot:29,85g-Lip:15,41g-H.C:67,05g

14

**POTAJE DE VERDURAS Y DADOS DE QUESO**  
**POLLO AL HORNO**  
**TOMATES ALIÑADOS**  
VEGETABLE STEW AND CHEESE DICE  
SPANISH TORTILLA WITH  
NATURAL TOMATO SAUCE  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
471,00Kcal-Prot:15,73g-Lip:10,44g-H.C:74,50g

15

**RANCHO CANARIO s/h**  
**CINTA DE LOMO EN SALSA DE CIRUELAS**  
**COLIFLOR AJORRIERO**  
CANARIO RANCH  
TAPE OF LOIN IN PLUM SAUCE  
AJORRIERO CAULIFLOWER  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
695,76Kcal-Prot:41,86g-Lip:24,25g-H.C:74,53g

16

**CREMA DE ZANAHORIAS**  
**PIZZA MARGARITA s/h**  
CARROT CREAM  
MARGARITA PIZZA  
**YOGURT**  
633,10Kcal-Prot:19,59g-Lip:27,63g-H.C:70,48g

17

**SOPA DE AVE s/h**  
**CERDO BRASEADO**  
**ENSALADA TROPICAL**  
HOMEMADE PICADILLO SOUP  
BLEU CORD IN THE OVEN  
TROPICAL SALAD  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
65Kcal-Prot:15,07g-Lip:11,08g-H.C:84,49g

20

**CREMA DE COLIFLOR Y ZANAHORIA**  
**SALTEADO DE PAPAS Y SALCHICHAS**  
CAULIFLOWER AND CARROT CREAM  
SCRAMBLED POTATOES AND SAUSAGES  
**YOGURT**  
4,59Kcal-Prot:20,12g-Lip:14,05g-H.C:75,08g

21

**POTAJE DE ACELGAS Y ALUBIAS**  
**TACOS DE ATÚN CON SALSA DE PIMIENTOS**  
**PAPAS AL VAPOR**  
POTATO OF ACCELGAS AND BEANS  
TUNA TACOS WITH PEPPER SAUCE  
STEAMED POTATOES  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
86,95Kcal-Prot:13,49g-Lip:18,59g-H.C:59,60g

22

**CREMA DE GUISANTES Y ZANAHORIA CON**  
**ACEITE AROMATIZADO**  
**HAMBURGUESAS s/h CON SALSA DE TOMATE**  
**CASERA/ARROZ BLANCO**  
PEAS AND CARROT CREAM  
BURGERS /WHITE RICE  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
538,36Kcal-Prot:19,36g-Lip:11,98g-H.C:86,66g

23

**CREMA DE COL, PUERRO Y ZANAHORIA**  
**CANELONES DE ATÚN s/h**  
CABBAGE, LEEK AND CARROT CREAM  
TUNA CANNELONI  
**YOGURT**  
19,64Kcal-Prot:44,25g-Lip:17,95g-H.C:43,31g

24

**CREMA DE BATATA Y CALABAZA CON PICATOSTES**  
**ARROZ CON TOMATE, PISTO Y POLLO**  
BATATA AND PUMPKIN CREAM WITH PICATOSTES  
RICE WITH TOMATO, PISTO AND EGG  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
569,87Kcal-Prot:23,13g-Lip:25,05g-H.C:58,26g

27

**POTAJE DE GARBANZOS Y ESPINACAS**  
**FOGONERO EN SALSA DE ZANAHORIA**  
**PAPAS ACICIDAS**  
CHICKPEA AND SPINACH  
FIREPLACE IN CARROT SAUCE  
ACOCIDED POTATOES  
**YOGURT**  
520,92Kcal-Prot:28,91g-Lip:10,41g-H.C:75,88g

28

**SOPA DE AVE s/h**  
**POLLO ASADO**  
**ENSALADA CAPRESE**  
ALPHABET SOUP  
BREADED CHICKEN  
CAPRESE SALAD  
**FRUTA DE TEMPORADA**  
508,75Kcal-Prot:15,47g-Lip:11,52g-H.C:82,60g

29

**POTAJE DE VERDURAS**  
**ESTOFADO DE TERNERA AL TOMILLO**  
**PAPAS DADO**  
VEGETABLE SOUP  
BEEF STEW WITH THYME  
GIVEN POTATOES  
**FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT**  
797,71Kcal-Prot:39,56g-Lip:34,45g-H.C:79,16g

30

