COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

GENERAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Judías verdes rehogadas Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 31g PR 26g HC 83g **715** kcal	**4** Lentejas con chorizo L Tortilla francesa con jamón, lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria H · SV *Yogur* L LI 37g PR 47g HC 62g **769** kcal	**5** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Manzana* LI 17g PR 40g HC 99g **709** kcal	**6** Macarrones con tomate H · G Merluza a la andaluza con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz P · G · SV *Plátano* LI 24g PR 31g HC 107g **768** kcal
9 Brócoli rehogado Tortilla de patata con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H · SV *Plátano* LI 31g PR 23g HC 83g **703** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Mandarina* LI 25g PR 35g HC 69g **641** kcal	**11** Proteína vegetal Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Hamburguesa vegetal (garbanzos y verduras) con tomate y arroz blanco G *Yogur* L LI 27g PR 31g HC 127g **875** kcal	**12** Sopa de verduras con estrellas H · G Pollo asado con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 17g PR 26g HC 76g **561** kcal	**13** Espirales con bacón L · H · G Filetes de bacaladilla con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Pera* LI 27g PR 31g HC 90g **727** kcal
16 Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún P · G · SV *Piña* LI 28g PR 39g HC 67g **676** kcal	**17** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Plátano* LI 17g PR 41g HC 112g **765** kcal	**18** Macarrones a la boloñesa H · G Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso P · L · G · SV *Yogur* L LI 34g PR 41g HC 82g **798** kcal	**19** Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) L · H Filete de salmón con lechuga, rúcula, canónigos y tomate P · SV *Mandarina* LI 30g PR 33g HC 85g **742** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Manzana* LI 34g PR 24g HC 85g **742** kcal
23 Coditos con atún P · H · G Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 30g PR 28g HC 96g **766** kcal	**24** Proteína vegetal Arroz con tomate Guisantes con verduras y magro de cerdo *Mandarina* LI 17g PR 33g HC 100g **685** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Huevos fritos con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate H · SV *Yogur* L LI 37g PR 28g HC 48g **637** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Boquerones con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate P · G · SV *Kiwi* LI 28g PR 38g HC 75g **704** kcal	**27** Ensalada de coliflor (zanahoria, patata, huevo) H · SV Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Pera* LI 19g PR 33g HC 88g **655** kcal
30 Macarrones con tomate H · G Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso P · L · G · SV *Melocotón en almíbar* LI 26g PR 31g HC 96g **742** kcal				

ALÉRGENOS

S	Soja	**P**	Pescado	**MZ**	Mostaza	**MC**	Moluscos	**L**	Lácteos	**H**	Huevo	**SE**	Sésamo
G	Gluten	**FS**	Frutos secos	**SV**	Sulfitos	**C**	Crustáceos	**CA**	Cacahuete	**A**	Apio	**AL**	Altramuces

COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

SIN HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Judías verdes rehogadas Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 31g PR 26g HC 83g **715** kcal	**4** Lentejas con chorizo L Filete de ternera con lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria SV *Yogur* L LI 27g PR 42g HC 61g **655** kcal	**5** Proteína vegetal Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Manzana* LI 17g PR 39g HC 101g **713** kcal	**6** Macarrones de maíz con tomate Merluza a la andaluza con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz P · G · SV *Plátano* LI 24g PR 31g HC 107g **768** kcal
9 Brócoli rehogado Chuleta de aguja con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas SV *Plátano* LI 29g PR 25g HC 66g **625** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Mandarina* LI 25g PR 35g HC 69g **641** kcal	**11** Proteína vegetal Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Hamburguesa vegetal (garbanzos y verduras) con tomate y arroz blanco G *Yogur* L LI 27g PR 31g HC 127g **875** kcal	**12** Sopa de verduras con fideos de arroz Pollo asado con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 17g PR 25g HC 77g **561** kcal	**13** Macarrones de maíz con bacón L Filetes de bacaladilla con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Pera* LI 27g PR 31g HC 90g **727** kcal
16 Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún P · G · SV *Piña* LI 28g PR 39g HC 67g **676** kcal	**17** Proteína vegetal Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Plátano* LI 17g PR 40g HC 114g **769** kcal	**18** Macarrones de maíz a la boloñesa Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso P · L · G · SV *Yogur* L LI 34g PR 41g HC 82g **798** kcal	**19** Arroz tres delicias (jamón, zanahoria y maíz) L Filete de salmón con lechuga, rúcula, canónigos y tomate P · SV *Mandarina* LI 29g PR 32g HC 85g **729** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Manzana* LI 34g PR 24g HC 85g **742** kcal
23 Macarrones de maíz con atún P Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 30g PR 28g HC 96g **766** kcal	**24** Proteína vegetal Arroz con tomate Guisantes con verduras y magro de cerdo *Mandarina* LI 17g PR 33g HC 100g **685** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Filete de pollo con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate SV *Yogur* L LI 24g PR 29g HC 47g **520** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Boquerones con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate P · G · SV *Kiwi* LI 28g PR 38g HC 75g **704** kcal	**27** Ensalada de coliflor (zanahoria, patata) SV Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Pera* LI 17g PR 29g HC 88g **621** kcal
30 Macarrones de maíz con tomate Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso P · L · G · SV *Melocotón en almíbar* LI 26g PR 31g HC 96g **742** kcal				

ALÉRGENOS

S	Soja	**P**	Pescado	**MZ**	Mostaza	**MC**	Moluscos	**L**	Lácteos	**H**	Huevo	**SE**	Sésamo
G	Gluten	**FS**	Frutos secos	**SV**	Sulfitos	**C**	Crustáceos	**CA**	Cacahuete	**A**	Apio	**AL**	Altramuces

COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

SIN PESCADO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Judías verdes rehogadas Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 31g PR 26g HC 83g **715** kcal	**4** Lentejas con chorizo L Tortilla francesa con jamón, lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria H · SV *Yogur* L LI 37g PR 47g HC 62g **769** kcal	**5** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Manzana* LI 17g PR 40g HC 99g **709** kcal	**6** Macarrones con tomate H · G Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz SV *Plátano* LI 18g PR 30g HC 101g **686** kcal
9 Brócoli rehogado Tortilla de patata con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H · SV *Plátano* LI 31g PR 23g HC 83g **703** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filete de ternera con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G · SV *Mandarina* LI 27g PR 35g HC 69g **659** kcal	**11** Proteína vegetal Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Hamburguesa vegetal (garbanzos y verduras) con tomate y arroz blanco G *Yogur* L LI 27g PR 31g HC 127g **875** kcal	**12** Sopa de verduras con estrellas H · G Pollo asado con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 17g PR 26g HC 76g **561** kcal	**13** Espirales con bacón L · H · G Chuleta de aguja con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate SV *Pera* LI 31g PR 27g HC 84g **723** kcal
16 Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos y maíz G · SV *Piña* LI 26g PR 35g HC 67g **642** kcal	**17** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Plátano* LI 17g PR 41g HC 112g **765** kcal	**18** Macarrones a la boloñesa H · G Filete de pollo con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso L · G · SV *Yogur* L LI 34g PR 41g HC 82g **798** kcal	**19** Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) L · H Filete de ternera con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G · SV *Mandarina* LI 29g PR 31g HC 91g **749** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Manzana* LI 34g PR 24g HC 85g **742** kcal
23 Coditos con tomate G Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 29g PR 24g HC 101g **761** kcal	**24** Proteína vegetal Arroz con tomate Guisantes con verduras y magro de cerdo *Mandarina* LI 17g PR 33g HC 100g **685** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Huevos fritos con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate H · SV *Yogur* L LI 37g PR 28g HC 48g **637** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Filete de ternera con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate G · SV *Kiwi* LI 27g PR 37g HC 75g **691** kcal	**27** Ensalada de coliflor (zanahoria, patata, huevo) H · SV Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Pera* LI 19g PR 33g HC 88g **655** kcal
30 Macarrones con tomate H · G Filete de lomo con lechuga, escarola, rúcula y queso L · G · SV *Melocotón en almíbar* LI 29g PR 31g HC 96g **769** kcal				

ALÉRGENOS

S	Soja	**P**	Pescado	**MZ**	Mostaza	**MC**	Moluscos	**L**	Lácteos	**H**	Huevo	**SE**	Sésamo
G	Gluten	**FS**	Frutos secos	**SV**	Sulfitos	**C**	Crustáceos	**CA**	Cacahuete	**A**	Apio	**AL**	Altramuces

COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

SIN LECHE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Judías verdes rehogadas Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 31g PR 26g HC 83g **715** kcal	**4** Lentejas con verduras Tortilla francesa con jamón, lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria H · SV *Yogur de soja* LI 33g PR 45g HC 62g **725** kcal	**5** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) *Manzana* LI 17g PR 40g HC 99g **709** kcal	**6** Macarrones con tomate H · G Merluza a la andaluza con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz P · G · SV *Plátano* LI 24g PR 31g HC 107g **768** kcal
9 Brócoli rehogado Tortilla de patata con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H · SV *Plátano* LI 31g PR 23g HC 83g **703** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Mandarina* LI 25g PR 35g HC 69g **641** kcal	**11** Proteína vegetal Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Hamburguesa vegetal (garbanzos y verduras) con tomate y arroz blanco G *Yogur de soja* LI 26g PR 31g HC 128g **870** kcal	**12** Sopa de verduras con estrellas H · G Pollo asado con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 17g PR 26g HC 76g **561** kcal	**13** Espirales con tomate H · G Filetes de bacaladilla con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Pera* LI 23g PR 29g HC 94g **699** kcal
16 Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún P · G · SV *Piña* LI 28g PR 39g HC 67g **676** kcal	**17** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) *Plátano* LI 17g PR 41g HC 112g **765** kcal	**18** Macarrones a la boloñesa H · G Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y tomate P · G · SV *Yogur de soja* LI 30g PR 39g HC 83g **758** kcal	**19** Arroz tres delicias (zanahoria, tortilla y maíz) H Filete de salmón con lechuga, rúcula, canónigos y tomate P · SV *Mandarina* LI 30g PR 33g HC 85g **742** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Manzana* LI 34g PR 24g HC 85g **742** kcal
23 Coditos con atún P · H · G Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 30g PR 28g HC 96g **766** kcal	**24** Proteína vegetal Arroz con tomate Guisantes con verduras y magro de cerdo *Mandarina* LI 17g PR 33g HC 100g **685** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Huevos fritos con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate H · SV *Yogur de soja* LI 36g PR 28g HC 48g **628** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Boquerones con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate P · G · SV *Kiwi* LI 28g PR 38g HC 75g **704** kcal	**27** Ensalada de coliflor (zanahoria, patata, huevo) H · SV Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Pera* LI 19g PR 33g HC 88g **655** kcal
30 Macarrones con tomate H · G Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula P · G · SV *Melocotón en almíbar* LI 24g PR 29g HC 96g **716** kcal				

ALÉRGENOS

S	Soja	**P**	Pescado	**MZ**	Mostaza	**MC**	Moluscos	**L**	Lácteos
G	Gluten	**FS**	Frutos secos	**SV**	Sulfitos	**C**	Crustáceos	**CA**	Cacahuete
H	Huevo	**SE**	Sésamo						
A	Apio	**AL**	Altramuces						

COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

SIN GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Judías verdes rehogadas Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 31g PR 26g HC 83g **715** kcal	**4** Lentejas con chorizo L Tortilla francesa con jamón, lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria H · SV *Yogur* L LI 37g PR 47g HC 62g **769** kcal	**5** Proteína vegetal Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Manzana* LI 17g PR 39g HC 101g **713** kcal	**6** Macarrones de maíz con tomate Merluza a la andaluza sin gluten con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz P · SV *Plátano* LI 18g PR 30g HC 101g **686** kcal
9 Brócoli rehogado Tortilla de patata con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H · SV *Plátano* LI 31g PR 23g HC 83g **703** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · SV *Mandarina* LI 19g PR 34g HC 63g **559** kcal	**11** Proteína vegetal Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Hamburguesa vegetal sin gluten (garbanzos y verduras) con tomate y arroz blanco *Yogur* L LI 27g PR 31g HC 127g **875** kcal	**12** Sopa de verduras con fideos de arroz Pollo asado con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 17g PR 25g HC 77g **561** kcal	**13** Macarrones de maíz con bacón L Filetes de bacaladilla con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · SV *Pera* LI 21g PR 30g HC 84g **645** kcal
16 Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún P · SV *Piña* LI 21g PR 38g HC 61g **585** kcal	**17** Proteína vegetal Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Plátano* LI 17g PR 40g HC 114g **769** kcal	**18** Macarrones de maíz a la boloñesa Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso P · L · SV *Yogur* L LI 28g PR 40g HC 76g **716** kcal	**19** Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) L · H Filete de salmón con lechuga, rúcula, canónigos y tomate P · SV *Mandarina* LI 30g PR 33g HC 85g **742** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Manzana* LI 34g PR 24g HC 85g **742** kcal
23 Macarrones de maíz con atún P Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 30g PR 28g HC 96g **766** kcal	**24** Proteína vegetal Arroz con tomate Guisantes con verduras y magro de cerdo *Mandarina* LI 17g PR 33g HC 100g **685** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Huevos fritos con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate H · SV *Yogur* L LI 37g PR 28g HC 48g **637** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Boquerones con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate P · SV *Kiwi* LI 22g PR 38g HC 69g **626** kcal	**27** Ensalada de coliflor (zanahoria, patata, huevo) H · SV Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Pera* LI 19g PR 33g HC 88g **655** kcal
30 Macarrones de maíz con tomate Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso P · L · SV *Melocotón en almíbar* LI 20g PR 31g HC 90g **664** kcal				

ALÉRGENOS

S	Soja	**P**	Pescado	**MZ**	Mostaza	**MC**	Moluscos	**L**	Lácteos	**H**	Huevo	**SE**	Sésamo
G	Gluten	**FS**	Frutos secos	**SV**	Sulfitos	**C**	Crustáceos	**CA**	Cacahuete	**A**	Apio	**AL**	Altramuces

COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

KOALAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Crema de verduras (zanahoria, calabaza, calabacín...) Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 33g PR 24g HC 81g **717** kcal	**4** Lentejas con verduras Tortilla francesa con jamón, lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria H · SV *Yogur* L LI 34g PR 45g HC 61g **730** kcal	**5** Sopa de cocido H · G Cocido de garbanzos y pollo *Manzana* LI 12g PR 33g HC 95g **620** kcal	**6** Macarrones con tomate H · G Merluza a la andaluza con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz P · G · SV *Yogur* LI 24g PR 31g HC 107g **768** kcal
9 Puré de verduras (zanahoria, brócoli, puerro...) Tortilla de patata con lechuga, canónigos, espinacas y tomate H · SV *Plátano* LI 29g PR 21g HC 88g **697** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filetes de lenguado con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Mandarina* LI 24g PR 35g HC 69g **632** kcal	**11** Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Filete de lomo con lechuga y tomate SV *Yogur* L LI 27g PR 36g HC 78g **699** kcal	**12** Sopa de verduras con estrellas H · G Pollo en salsa con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 15g PR 29g HC 80g **571** kcal	**13** Espirales con tomate H · G Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Yogur* L LI 27g PR 34g HC 83g **711** kcal
16 Puré de verduras (zanahoria, guisantes, calabacín...) Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos y maíz G · SV *Pera* LI 24g PR 25g HC 66g **580** kcal	**17** Sopa de cocido H · G Cocido de garbanzos y pollo *Plátano* LI 12g PR 34g HC 108g **676** kcal	**18** Macarrones a la boloñesa H · G Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso P · L · G · SV *Yogur* L LI 34g PR 41g HC 82g **798** kcal	**19** Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) L · H Filete de salmón con lechuga, rúcula, canónigos y tomate P · SV *Mandarina* LI 30g PR 33g HC 85g **742** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Yogur* L LI 37g PR 29g HC 75g **749** kcal
23 Coditos con tomate H · G Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 29g PR 24g HC 101g **761** kcal	**24** Arroz con tomate Carne estofada con verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) *Mandarina* LI 17g PR 28g HC 101g **669** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Tortilla francesa con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate H · SV *Yogur* L LI 33g PR 28g HC 48g **601** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Filete de lenguado con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate P · G · SV *Manzana* LI 25g PR 36g HC 77g **677** kcal	**27** Puré de coliflor, zanahoria y patata Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Yogur* L LI 20g PR 34g HC 81g **640** kcal
30 Macarrones con tomate H · G Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso P · L · G · SV *Mandarina* LI 27g PR 32g HC 88g **723** kcal				

∗ Se dará puré al niño que lo necesite o requiera.

ALÉRGENOS

S	Soja	**P**	Pescado	**MZ**	Mostaza	**MC**	Moluscos	**L**	Lácteos
G	Gluten	**FS**	Frutos secos	**SV**	Sulfitos	**C**	Crustáceos	**CA**	Cacahuete
H	Huevo	**SE**	Sésamo						
A	Apio	**AL**	Altramuces						

COLEGIO INTERNACIONAL KOLBE

MENÚ ESCOLAR · COMEDOR

Noviembre 2026

Menú elaborado por: Mabel Otero
Seguridad alimentaria a cargo de: Logic Alimentaria
Menú etiquetado según normativa UE 1169/2011

RATONES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 DÍA FESTIVO	**3** Puré de verduras (calabacín, judías verdes, zanahoria...) Hamburguesas con tomate casero y patatas SV *Pera* LI 31g PR 24g HC 80g **695** kcal	**4** Lentejas con chorizo (pimiento rojo, zanahoria, calabacín...) L Tortilla francesa con jamón, lechuga, canónigos, espinacas y zanahoria H · SV *Yogur* L LI 37g PR 47g HC 62g **769** kcal	**5** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Manzana* LI 17g PR 40g HC 99g **709** kcal	**6** Macarrones con tomate H · G Merluza a la andaluza con lechuga, hoja de roble, escarola, brotes tiernos y maíz P · G · SV *Plátano* LI 24g PR 31g HC 107g **768** kcal
9 Crema de verduras (zanahoria, guisantes, puerro...) Tortilla de patata con lechuga, canónigos, espinacas y tomate H · SV *Plátano* LI 31g PR 21g HC 87g **711** kcal	**10** Judías blancas con verduras (pimiento rojo, zanahoria, puerro...) Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Mandarina* LI 25g PR 35g HC 69g **641** kcal	**11** Proteína vegetal Arroz con pollo y verduras (zanahoria, alcachofas, pimiento rojo...) Hamburguesa vegetal (garbanzos y verduras) con tomate y arroz blanco G *Yogur* L LI 27g PR 31g HC 127g **875** kcal	**12** Sopa de verduras con estrellas H · G Pollo asado con puré de patatas L · SV *Manzana* LI 17g PR 26g HC 76g **561** kcal	**13** Espirales con tomate H · G Filetes de bacaladilla con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P · G · SV *Pera* LI 23g PR 29g HC 94g **699** kcal
16 Crema de verduras (brócoli, zanahoria, puerro...) Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún P · G · SV *Pera* LI 28g PR 29g HC 65g **628** kcal	**17** Proteína vegetal Sopa de cocido H · G Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) L *Plátano* LI 17g PR 41g HC 112g **765** kcal	**18** Macarrones a la boloñesa H · G Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso P · L · G · SV *Yogur* L LI 34g PR 41g HC 82g **798** kcal	**19** Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) L · H Filete de salmón con lechuga, rúcula, canónigos y tomate P · SV *Mandarina* LI 30g PR 33g HC 85g **742** kcal	**20** Crema de calabaza, zanahoria y boniato Albóndigas con verduras (zanahoria, calabacín, pimiento rojo...) y patatas fritas SV *Manzana* LI 34g PR 24g HC 85g **742** kcal
23 Coditos con tomate G Salchichas frescas con lechuga, rúcula, zanahoria y tomate SV *Plátano* LI 29g PR 24g HC 101g **761** kcal	**24** Proteína vegetal Arroz con tomate Guisantes con verduras y magro de cerdo *Mandarina* LI 17g PR 33g HC 100g **685** kcal	**25** Crema de verduras (puerro, acelgas, zanahoria, calabacín...) Tortilla francesa con lechuga, rúcula, brotes tiernos, escarola y tomate H · SV *Yogur* L LI 33g PR 28g HC 48g **601** kcal	**26** Lentejas con verduras (puerro, zanahoria, pimiento rojo...) Filete de lenguado con lechuga, hoja de roble, canónigos y tomate P · G · SV *Manzana* LI 25g PR 36g HC 77g **677** kcal	**27** Crema de coliflor con zanahoria y patata Pollo en salsa con champiñones y arroz blanco *Pera* LI 19g PR 30g HC 91g **655** kcal
30 Macarrones con tomate H · G Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso P · L · G · SV *Melocotón en almíbar* LI 26g PR 31g HC 96g **742** kcal				

ALÉRGENOS

S Soja · P Pescado · MZ Mostaza · MC Moluscos · L Lácteos · H Huevo · SE Sésamo
G Gluten · FS Frutos secos · SV Sulfitos · C Crustáceos · CA Cacahuete · A Apio · AL Altramuces