

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

FESTIVO

3

ARROZ CON TOMATE  
EMPANADILLAS DE ATÚN  
TOMATE Y OLIVAS  
FRUTA

4

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
HUEVOS REVUELTOS  
PATATAS FRITAS  
YOGUR

5

CREMA DE CALABACÍN  
FILETE DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS  
PATATAS DADO  
FRUTA

8

PAELLA DE VERDURAS  
TORTILLA DE PATATAS  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

9

LENTEJAS ESTOFADAS  
RATATOUILLE  
FRUTA

10

MACARRONES CON TOMATE  
FILETE DE CABALLA AL HORNO  
ENSALADA DE COL  
FRUTA

11

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
YOGUR

12

CREMA DE JUDÍAS VERDES  
POLLO AL AJILLO  
CON ARROZ PILAF  
FRUTA

15

FESTIVO

16

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

17

ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

18

FIDEUA CON PESCADO  
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON  
MANZANA  
YOGUR

19

CREMA DE ZANAHORIAS  
MACARRONES CON ATÚN  
FRUTA

22

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
TORTILLA DE PATATAS  
LECHUGA Y JUDIA BROTE  
FRUTA

23

LENTEJAS CON VERDURAS  
CROQUETAS DE ESPINACAS  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

24

CODITOS A LA NAPOLITANA  
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA  
FRUTA

25

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
YOGUR

26

**DÍA SIN GLUTEN EN EL COLE**  
ARROZ A LA CAZUELA CON VERDURAS  
POLLO ASADO  
LECHUGA Y CEBOLLA  
FRUTA

29

VICHYSOISE  
HUEVOS CON TOMATE Y CHAMPIÑÓN  
PATATA ASADA  
FRUTA

30

ESPAGUETIS CON TOMATE  
DADOS DE RAPE REBOZADO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

31

GUISANTES ENCEBOLLADOS  
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

AQUÍ  
SE COCINA  
100% CON  
ACEITE  
DE OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

STOP FOOD WASTE  
Program

Por Cuentos  
skoolarest

¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!

FISH  
REVOLUTION

SABOREANDO  
LOS  
MARES

Grow  
FOOD  
BANKS

**SCOLAREST**

Alimentación  
saludable y  
sostenible

COMPASS  
Scolarest

# AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

SI HEMOS COMIDO:

CEREALES, FÉCULAS  
O LEGUMBRES

VERDURAS

CARNE

PESCADO

HUEVO

FRUTA

LÁCTEOS

PODEMOS CENAR:

HORTALIZAS CRUDAS  
O LEGUMBRES COCIDAS

CEREALES O FÉCULAS

PESCADO O HUEVO

CARNE MAGRA O HUEVO

PESCADO O CARNE MAGRA

LÁCTEOS O FRUTA

FRUTA

DESDE EL INICIO DEL CURSO ESCOLAR 2021-2022 COCINAMOS TODOS NUESTROS MENÚS EXCLUSIVAMENTE CON ACEITES DE OLIVA, REFORZANDO NUESTRO COMPROMISO DE FAVORECER EL BIENESTAR DE TU FAMILIA A TRAVÉS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

COMPASS  
Scolarest