

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

ENSALADA DE PASTA 225G (5R), MAIZ Y TOMATE
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ALUBIAS BLANCAS 165G (3R) CON PUERRO Y Salsa de CURCUMA
TORTILLA DE PATATAS 240G (2R)
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ARROZ 200G (5R) TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

SOPA DE COCIDO (PASTA 45G (1R))
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS 165G (3R), MORCILLO, POLLO, PATATA 65G (1R) Y REPOLLO
YOGUR (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA 195G (3R))
CANELONES 200G (2R) RELLENOS DE CARNE CON BECHAMEL SUAVE
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ENSALADILLA OLIVIER CON PATATA 195G (3R)
POLLO AL LIMÓN
PASTA SALTEADA 90G (2R)
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

LENTEJAS 150G (3R) CON CALABACÍN
HUEVOS FRITOS
PATATAS FRITAS 60G (2R)
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ARROZ 200G (5R) EN PAELLA CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

MACARRONES 225G (5R) (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
YOGUR (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA 130G (2R))
ESTOFADO DE GARBANZOS 165G (3R) CON SECRETO DE CERDO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

CODITOS DE PASTA 225G (5R) CON Salsa de TOMATE
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS 165G (3R)
TORTILLA DE PATATAS 240G (2R)
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ 200G (5R) THAI
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

SOPA DE COCIDO (PASTA 45G (1R))
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS 165G (3R), MORCILLO, POLLO, PATATA 65G (1R) Y REPOLLO
YOGUR (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DE CALABACÍN CON PATATA 195G (3R)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PASTA SALTEADA 90G (2R)
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

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