

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

17

18

13

14

15

18

19

20

21

22

24

25

27

28

29

ESPIRALES SALTEADOS  
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO  
PEPINO  
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE  
CÚRCUMA  
TORTILLA DE PATATAS  
FRUTA

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ  
Y ZANAHORIA)  
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO  
FRUTA

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE COLIFLOR  
MAGRO EN SALSA DE TOMATE  
FRUTA

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN,  
HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)  
POLLO AL LIMÓN  
ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

LENTEJAS CON CALABACÍN  
HUEVOS FRITOS  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA  
DE CEBOLLA Y PIMIENTO  
FRUTA

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA  
FILETE DE ABADJO A LA ANDALUZA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE  
CERDO  
FRUTA

CODITOS DE PASTA CON SALSA DE TOMATE  
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y  
GUISANTES  
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
TORTILLA DE PATATAS  
FRUTA

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ THAI  
FILETE DE ABADJO AL HORNO  
FRUTA

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE CALABACÍN  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
MAIZ  
FRUTA

AQUÍ  
SE COCINA  
100% CON  
ACEITE  
DE OLIVA

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

STOP FOOD WASTE  
Program

De Cumbios  
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