

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

CREMA DE VERDURAS CON PATATA 130G (2R)
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DE LEGUMBRES (ALUBIAS 55G (1R))
TORTILLA DE PATATAS 120G (1R)
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ARROZ 80G (2R) TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

CALDO DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS 55G (1R), MORCILLO, POLLO, PATATA 65G (1R) Y REPOLLO
YOGUR (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA 65G (1R))
CANELONES 100G (1R) RELLENOS DE CARNE CON BECHAMEL SUAVE
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DE ZANAHORIAS CON PATATA 130G (2R)
POLLO AL LIMÓN
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

LENTEJAS 50G (1R) CON CALABACÍN
HUEVOS FRITOS
PATATAS FRITAS 30G (1R)
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ARROZ 80G (2R) EN PAELLA CON VERDURAS
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

MACARRONES 90G (2R) (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
YOGUR (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA 65G (1R))
ESTOFADO DE GARBANZOS 55G (1R) CON SECRETO DE CERDO
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

CODITOS DE PASTA 90G (2R) CON SALSA DE TOMATE
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS 55G (1R)
TORTILLA DE PATATAS 120G (1R)
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ 80G (2R) THAI
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
FRUTA (1R)
PAN 20G (1R)

CALDO DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS 55G (1R), MORCILLO, POLLO, PATATA 60G (1R) Y REPOLLO
YOGUR (1R)
PAN 20G (1R)

CREMA DE CALABACÍN CON PATATA 130G (2R)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
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