

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

7

8

LENTEJAS HERVIDAS  
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO  
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ  
FRUTA

ARROZ CON TOMATE  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y CEBOLLA  
FRUTA

CREMA DE JUDÍAS VERDES  
POLLO ASADO  
YOGUR

11

CREMA DE VERDURAS  
GALLO SAN PEDRO AL HORNO  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

12

ALUBIAS BLANCAS HERVIDAS CON ACEITE DE OLIVA  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y REMOLACHA  
FRUTA

13

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

14

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
YOGUR

15

CREMA DE COLIFLOR  
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

18

CREMA DE ZANAHORIAS  
POLLO AL LIMÓN  
TOMATE Y ZANAHORIA  
FRUTA

19

LENTEJAS HERVIDAS  
LOMO A LA PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

20

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

21

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA  
ENSALADA VERDE  
YOGUR

22

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
SECRETO DE CERDO AL HORNO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

25

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE CASERA  
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUI SANTES  
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS HERVIDAS CON ACEITE DE OLIVA  
FILETE DE POLLO AL AJILLO  
TOMATE Y OLIVAS  
FRUTA

27

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ THAI  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

28

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
YOGUR

29

CREMA DE CALABACÍN  
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ  
FRUTA

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

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

**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