

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

PATATAS GUIADAS CON ZANAHORIAS
CHAMPIÑONES AL AJILLO
JUDIA BROTE Y ZANAHORIA
FRUTA

3

CREMA DE CALABACÍN
PISTO
PATATAS DADO
FRUTA

6

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
PATATAS ALIÑADAS
FRUTA

7

BRÓCOLI CON PUERRO
PISTO FRESCO DE ACELGAS
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y
ZANAHORIA
FRUTA

8

SOPA DE VERDURAS
REPOLLO REHOGADO CON PATATA
FRUTA

9

FESTIVO

10

CREMA DE VERDURAS
PATATAS CON PIMIENTOS
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

13

CALABACÍN A LA PROVENZAL
SALTEADO DE VERDURAS CON LIMÓN Y
JENGIBRE
ZANAHORIA EN RODAJAS
FRUTA

14

PATATAS EN Salsa VERDE
ESPINACAS Y ZANAHORIA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

15

PISTO DE CALABAZA, ACEITE DE OLIVA Y
ALBAHACA
ALCACHOFAS SALTEADAS
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

16

JORNADA DE PETRA (JORDANIA)
ASADO DE VERDURAS
PATATAS HERVIDAS CON HIERBAS
PROVENZALES
ENSALADA VERDE
FRUTA

17

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
CHAMPIÑONES AL AJILLO
FRUTA

20

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO
PISTO
PATATAS AL HORNO
ENSALADA DE REMOLACHA Y ZANAHORIA
FRUTA

21

SALTEADO DE CALABAZA Y ZANAHORIA CON
SESAMO Y ACEITE DE OLIVA
PATATAS EN Salsa VERDE
LECHUGA Y COL LOMBARDA
FRUTA

22

CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA
COLIFLOR AL AJO ARRIERO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

23

SOPA DE VERDURAS
REPOLLO REHOGADO CON PATATA
FRUTA

24

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)
PISTO DE CALABACÍN Y BERENJENA
FRUTA

27

CREMA DE VERDURAS
PATATAS CON PIMIENTOS
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES
PISTO DE CALABAZA, ACEITE DE OLIVA Y
ALBAHACA
FRUTA

29

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
PATATAS GUIADAS CON VERDURAS
ENSALADA VERDE
FRUTA

30

BRÓCOLI REHOGADO
PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
CALABACÍN AL HORNO
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

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