

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

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

2

RECETA FISH REVOLUTION
ARROZ CANTONÉS
CABALLA AL HORNO
QUINOA (ECOLÓGICO)
YOGUR

3

BRÓCOLI GRATINADO CON QUESO EDAM
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

6

PATATAS CON PIMIENTOS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

7

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA
MERY
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
YOGUR

8

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO AL AJILLO
VERDURAS
FRUTA

9

JORNADA CHEROKEE
CHEROKEE SUCCOTASH (Alubias blancas
guisadas con maíz)
CAZUELA CHEROKEE DE LA ABUELA
YOGUR

10

JUDÍAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y
JAMON SERRANO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

13

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

14

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ACELGAS
TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA
LECHUGA Y COL LOMBARDA
YOGUR

15

CREMA DE VERDURAS
MAGRO DE CERDO A LA JARDINERA CON
PATATAS
FRUTA

16

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

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNAVAL
ARROZ A LA VENECIANA
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
FRUTA

20

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO ASADO CON TOMILLO
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA

21

CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERROS
GARBANZOS GUIADOS CON MAGRO
YOGUR

22

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
CHAMPIÑONES
FRUTA

23

PAELLA DE VERDURAS
TORTILLA DE ATÚN
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR

24

NO LECTIVO

27

NO LECTIVO

28

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
LECHUGA Y OLIVAS
YOGUR

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

De Cuentas
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