

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 BLANCO CON CHAMPIÑONES  
CABALLA AL HORNO  
QUINOA (ECOLÓGICO)  
YOGUR

3

BRÓCOLI GRATINADO CON QUESO EDAM  
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS  
LECHUGA Y JUDIA BROTE  
FRUTA

6

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
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  
POLLO EN SALSA  
TOMATE Y OLIVAS  
FRUTA

13

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA  
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

14

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ACELGAS  
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
YOGUR

15

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE  
PAN  
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  
MAGRO EN SALSA DE TOMATE  
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](http://aprendeacomersano.org)

STOP FOOD WASTE  
Program

By Curious  
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