

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

31

PATATAS EN SALSA VERDE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
PATATA ASADA
FRUTA

CREMA DE GUISANTES
HUEVOS FRITOS
PATATAS FRITAS
FRUTA

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE BACALAO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON
MANZANA
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS HERVIDAS CON ACEITE DE
OLIVA
CROQUETAS DE JAMÓN (SIN ALÉRGICOS)
LECHUGA
FRUTA

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA
FRUTA

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

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
FRUTA

CREMA DE CALABACÍN
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
FRUTA

XDALUBIAS PINTAS HERVIDAS CON PATATAS
(SIN VERDURAS)
POLLO AL HORNO
LECHUGA
FRUTA

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA
FRUTA

FESTIVO

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO
LECHUGA Y JUDIA BROTE
FRUTA

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL
AJILLO
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

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

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ
Y ZANAHORIA)
CAZUELA DE DADOS DE RAPE CON
VERDURAS
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA
FRUTA

CREMA DE CALABAZA
BISTEC DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
FRUTA

PATATAS AL HORNO
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA
LECHUGA
FRUTA

NO LECTIVO

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Por Cuantos
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