

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES

		6	7	8
		LENTEJAS ESTOFADAS TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA ZANAHORIA RALLADA FRUTA	ARROZ BLANCO CON SOFRITO DE AJO Y TOMATE NATURAL HUEVOS REVUELTOS LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	FESTIVO
11	12	13	14	15
PASTA CON TOMATE GALLO SAN PEDRO AL HORNO LECHUGA Y PEPINO FRUTA	ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA TORTILLA FRANCESA LECHUGA Y REMOLACHA YOGUR	ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES Y GUISANTES FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO YOGUR	CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA) MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO FRUTA
18	19	20	21	22
ENSALADILLA RUSA NATURAL ALIÑADA (PATATA, ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS) POLLO AL LIMÓN TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA	LENTEJAS CON CALABACÍN HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO YOGUR	ARROZ EN PAELLA CON POLLO HUEVOS REVUELTOS PATATA ASADA FRUTA	MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA FILETE DE MERLUZA AL HORNO ENSALADA VERDE YOGUR	CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA) GARBANZOS A LA BOLOÑESA FRUTA
25	26	27	28	29
CODITOS A LA NAPOLITANA ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES FRUTA	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA FRANCESA PATATAS CHIPS YOGUR	<b>JORNADA FISH REVOLUTION</b> ARROZ MILANESA CON YORK Y QUESO FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE FRUTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO YOGUR	CREMA DE CALABACÍN PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA LECHUGA FRUTA

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Por Cuentos skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

NOTAS:

**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