

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

TRITURADO DE CONTRAMUSLO DE POLLO (POLLO, ARROZ, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

2

TRITURADO DE PALOMETA (PALOMETA, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA



5

TRITURADO DE PALETILLA CORDERO (PALETILLA, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

6

TRITURADO DE ABADEJO (APIO, PATATAS, ABADEJO, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

7

TRITURADO DE MAGRO DE CERDO (APIO, PATATAS, CERDO, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

GELATINA SIN AZUCAR

8

TRITURADO DE BACALAO (BACALAO, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

9

TRITURADO DE CONTRAMUSLO DE POLLO (POLLO, ARROZ, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

HELADO

aprendeacomersano.org



12

TRITURADO DE LIMANDA (LIMANDA, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

13

FESTIVO

14

TRITURADO DE MERLUZA (MERLUZA, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

15

TRITURADO DE CONTRAMUSLO DE POLLO (POLLO, ARROZ, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

16

TRITURADO DE ABADEJO (APIO, PATATAS, ABADEJO, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

HELADO



19

TRITURADO DE CARRILLERAS DE CERDO (CERDO, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

20

TRITURADO DE ABADEJO (APIO, PATATAS, ABADEJO, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

21

TRITURADO DE MAGRO DE CERDO (APIO, PATATAS, CERDO, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

22

TRITURADO DE BACALAO (BACALAO, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

YOGUR

23

TRITURADO DE CONTRAMUSLO DE POLLO (POLLO, ARROZ, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA



26

TRITURADO DE LIMANDA (LIMANDA, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

27

TRITURADO DE AGUJA DE TERNERA (PATATAS, TERNERA, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

YOGUR

28

TRITURADO DE MERLUZA (MERLUZA, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

29

TRITURADO DE CONTRAMUSLO DE POLLO (POLLO, ARROZ, PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

FRUTA DE TEMPORADA

30

TRITURADO DE ABADEJO (APIO, PATATAS, ABADEJO, JUDÍAS, ZANAHORIAS Y PUERROS)

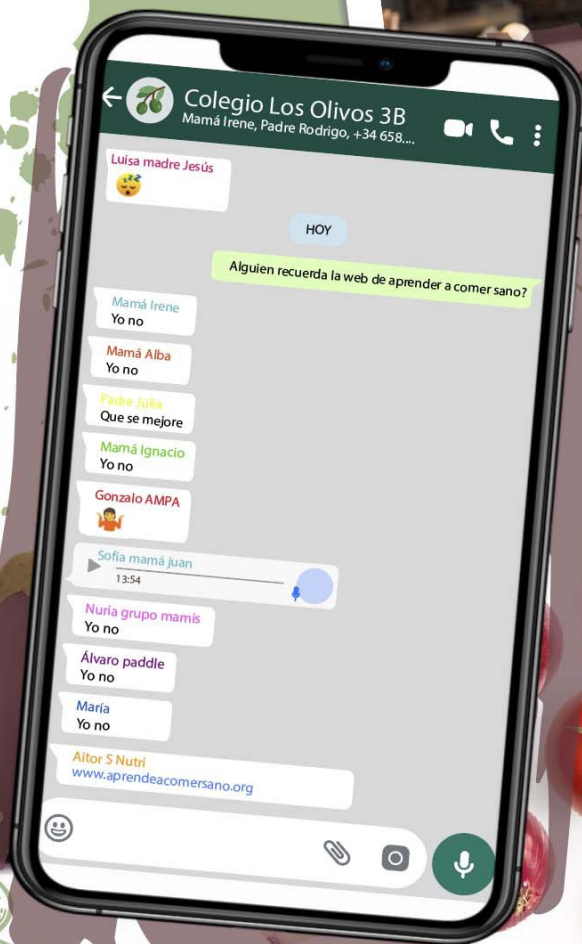
FRUTA DE TEMPORADA



AITOR SANCHEZ

Aprende a comer sano con Aitor Sánchez y Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA Y COMPASS GROUP | SCOLAREST TE OFRECEN UN PROGRAMA PRÁCTICO, PROGRESIVO Y FLEXIBLE PARA TRANSFORMAR TUS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE TODA LA FAMILIA.



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

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.