

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

MAÍZ Y OLIVAS  
MACARRONES CON TOMATE  
SAN JACOBO DE PAVO  
FRUTA

3

LECHUGA Y CEBOLLA  
SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO  
FRUTA

4

RECETA FISH REVOLUTION  
ENSALADA VERDE  
ARROZ CON MAGRO Y VERDURAS  
CABALLA CON AJITOS EN SALSA DE TOMATE  
YOGUR

7

LECHUGA Y PEPINO  
LENTEJAS ESTOFADAS  
MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE VERDURAS  
FRUTA

8

LECHUGA Y MAÍZ  
HERVIDO VALENCIANO CON JUDÍA, PATATA Y ZANAHORIA  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
FRUTA

9

ENSALADA CON BROTES DE JUDIA  
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
HUEVOS REVUELTOS  
FRUTA

10

JORNADA THAIANDESA  
ENSALADA VEGANA THAI  
TALLARINES CON VERDURAS AL ESTILO THAI  
CERDO AL ESTILO DE SIAM CON ZANAHORIA Y CHAMPIÑONES  
FRUTA

11

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
SOPA DE LETRAS CON GARBANZOS Y HUEVO  
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO  
YOGUR

14

LECHUGA Y JUDIA BROTE  
ARROZ ABANDA  
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA  
FRUTA

15

LECHUGA Y CEBOLLA  
OLLA GITANA  
TORTILLA DE PATATAS  
FRUTA

16

ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO  
PATATAS GUIADAS  
POLLO ASADO  
FRUTA

17

LECHUGA Y REMOLACHA  
SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO  
FRUTA

18

DIA UNIVERSAL DEL NIÑO  
LECHUGA Y OLIVAS  
MACARRONES CON SALSA DE QUESO  
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN  
GELATINA DE FRESA

21

ENSALADA DE TOMATE  
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
WOK DE DADOS DE RAPE CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA  
YOGUR

22

LECHUGA Y CEBOLLA  
CODITOS AL AJILLO  
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES  
FRUTA

23

LECHUGA Y REMOLACHA  
PATATAS MARINERA  
NUGGETS DE POLLO  
FRUTA

24

JORNADA FISH REVOLUTION  
ENSALADA VERDE CON LECHUGA, PEPINO Y OLIVAS  
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
TORTILLA DE ATÚN CON PATATAS MARINAS  
COMPOTA DE FRUTAS

25

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
SOPA DE ESTRELLAS  
LOMO ADOBADO A LA PLANCHA  
PATATAS A LO POBRE  
FRUTA

28

LECHUGA Y PEPINO  
HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA  
POLLO AL LIMÓN  
FRUTA

29

TOMATE CON ORÉGANO  
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS  
HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN  
YOGUR

30

LECHUGA Y PIMIENTO ROJO  
ARROZ A LA CUBANA  
SALCHICHAS AL HORNO  
FRUTA

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

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