

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

LECHUGA Y CEBOLLA
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
FRUTA

2

LECHUGA Y JUDIA BROTE
FIDEUÁ DE CARNE
TORTILLA DE PATATAS
ZUMO DE NARANJA NATURAL

3

RECETA FISH REVOLUTION
ENSALADA VERDE
ARROZ CANTONÉS
CABALLA MARINADA EN SOJA Y
NARANJA CON FALSO COUS COUS
DE VERDURAS
YOGUR

6

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
PATATAS GUISADAS CON
ZANAHORIAS
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
FRUTA

7

ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA
Y MAÍZ
ARROZ CALDOSO
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON
SALSA MERY
FRUTA

8

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
SOPA DE MENUDILLOS
POLLO AL AJILLO
FRUTA

9

JORNADA CHEROKEE
ENSALADA DE COL
CHEROKEE SUCCOTASH (Alubias
blancas guisadas con maíz)
LOMO ADOBADO A LA PLANCHA
ZUMO DE NARANJA NATURAL

10

TOMATE Y OLIVAS
HERVIDO VALENCIANO CON JUDÍA,
PATATA Y ZANAHORIA
ROLLITO DE JAMÓN Y QUESO
YOGUR

13

LECHUGA Y MAÍZ
CODITOS AL AJILLO
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON
SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO
FRUTA

14

LECHUGA Y COL LOMBARDA
OLLA GITANA
REVUELTO DE JAMÓN YORK
YOGUR

15

LECHUGA Y CEBOLLA
GUISADO DE TERNERA
VARITAS DE MERLUZA EMPANADAS
FRUTA

16

ENSALADA DE BROTES
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
ZUMO DE NARANJA NATURAL

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNAVAL
ENSALADA VERDE
ARROZ EN PAELLA CON MAGRO
FLAMENQUINES
FRUTA

20

LECHUGA Y CEBOLLA
SOPA DE ESTRELLAS
POLLO ASADO CON TOMILLO
FRUTA

21

TOMATE Y ZANAHORIA
HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
FRUTA

22

JORNADA FISH REVOLUTION
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE,
REMOLACHA Y ZANAHORIA
MACARRONES CON TOMATE Y QUESO
RALLADO
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA
CAZADORA CON CHAMPIÑONES Y
PATATA MARINA

23

LECHUGA Y PEPINO
ARROZ A LA CUBANA (CON TOMATE Y
MEDIO HUEVO DURO)
SALCHICHAS AL HORNO
ZUMO DE NARANJA NATURAL

24

TOMATE Y MAÍZ
PATATAS ALIÑADAS
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO
FRUTA

27

LECHUGA Y COL LOMBARDA
PATATAS VIUDAS
TORTILLA DE QUESO
FRUTA

28

LECHUGA Y OLIVAS
SOPA CUBIERTA TRADICIONAL DE
POLLO Y HUEVO
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
YOGUR

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