

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

NO LECTIVO

7

FESTIVO

10

NO LECTIVO

11

FESTIVO

12

NO LECTIVO

13

NO LECTIVO

14

NO LECTIVO

17

LECHUGA Y REMOLACHA  
LENTEJAS CON CHORIZO  
POLLO ASADO  
FRUTA

18

ENSALADA DE REMOLACHA Y  
ZANAHORIA  
SOPA DE LLUVIA  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA  
PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

ENSALADA DE BROTES  
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
HUEVOS REVUELTOS  
FRUTA

20

LECHUGA Y MAÍZ  
OLLA GITANA  
CABEZA DE LOMO EN SALSA  
FRUTA

21

FISH REVOLUTION/DÍA DEL LIBRO  
ENSALADA ILUSTRADA  
MACARRONES (INTEGRAL) A LA  
ITALIANA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
FRUTA

24

LECHUGA Y OLIVAS  
ARROZ CON MAGRO Y VERDURAS  
FILETE DE ABADEJO EN SALSA  
FRUTA

25

LECHUGA Y PEPINO  
HERVIDO VALENCIANO CON JUDÍA,  
PATATA Y ZANAHORIA  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA  
PLANCHA  
FRUTA

26

INCAS  
TABULE INCA DE QUINOA  
(ECOLÓGICO) CON LECHUGA Y MAÍZ  
PATATAS GUIADAS CON VERDURAS  
(ZANAHORIA, PIMIENTO Y TOMATE)  
ADOBO DE CHANCHO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

27

ENSALADA VERDE  
SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
COCIDO COMPLETO CON  
GARBANZOS, POLLO, PATATAS,  
ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES  
FRUTA

28

LECHUGA Y TOMATE  
ESPIRALES TRICOLOR CON SOFRITO DE  
TOMATE NATURAL Y ORÉGANO  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
FRUTA

AQUÍ  
SE COCINA  
100% CON  
ACEITE  
DE OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://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