

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 PASTA SIN HUEVO Y SIN
GLUTEN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA
PLANCHA
PATATAS FRITAS

19

ENSALADA DE BROTES
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
FRUTA

20

LECHUGA Y MAÍZ
OLLA GITANA
CABEZA DE LOMO EN SALSA
FRUTA

21

FISH REVOLUTION/DÍA DEL LIBRO
ENSALADA VERDE
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON
SALSA DE TOMATE CASERA
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
LOCRO DE PAPAS ANDINO
ADOBO DE CHANCHO
HELADO

27

ENSALADA VERDE
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN
GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON
GARBANZOS, POLLO, PATATAS,
ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES
FRUTA

28

LECHUGA Y TOMATE
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON
SALSA DE TOMATE CASERA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
FRUTA

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

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