

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL
FILETE DE ABADÉJO A LA PLANCHA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

11

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

12

ARROZ CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
LECHUGA Y PEPINO
GELATINA DE FRESA

13

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y
REPOLLO
YOGUR

14

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE
VERDURAS
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

17

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE REMOLACHA RALLADA,
LECHUGA, TOMATE Y JUDIA BROTE
FRUTA

18

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
ABADEJO GRATINADO CON QUESO
ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO
YOGUR

19

JUDÍAS VERDES GRATINADAS CON QUESO
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATA ASADA
FRUTA

20

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
GOULASH DE CALAMARES
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

21

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
CALABAZA Y PATATA
LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

24

CREMA DE VERDURAS
POLLO EN SALSA
FRUTA

25

ARROZ CON SALSA ALLA NORMA (SALSA DE
TOMATE Y BERENJENA)
MAGRO DE CERDO EN SALSA CON VERDURAS
LECHUGA Y OLIVAS
YOGUR

26

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y
REPOLLO
YOGUR

27

ESPAGUETTI SIN HUEVO SIN GLUTEN CON
VERDURAS
SALMÓN AL HORNO
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
YOGUR

28

LENTEJAS A LA JARDINERA
FILETE DE POLLO AL AJILLO
PATATAS FRITAS
FRUTA

31

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
ARROZ BLANCO
FRUTA



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



| Si hemos comido: | Podemos cenar: |
|-------------------------------|---------------------------------------|
| Cereales, féculas o legumbres | Hortalizas crudas o legumbres cocidas |
| Verduras | Cereales o féculas |
| Carne | Pescado o huevo |
| Pescado | Carne magra o huevo |
| Huevo | Pescado o carne magra |
| Fruta | Lácteos o fruta |
| Lácteos | Fruta |

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

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.

