

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

LENTEJAS HERVIDAS
LOMO DE SAJONIA ASADO A LA MIEL
PURÉ DE PATATAS
YOGUR

2

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO
POLLO EN SALSA
PATATAS FRITAS
YOGUR

3

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
BACALAO REBOZADO
YOGUR

6

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO
ALITAS DE POLLO AL AJILLO
YOGUR

7

ALUBIAS BLANCAS HERVIDAS
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
YOGUR

8

PATATAS VIUDAS (D)
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

9

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO MADRILEÑO
YOGUR

10

RECETA FISH REVOLUTION
ARROZ BLANCO
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
YOGUR

13

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO EN SALSA
PATATAS DADO
YOGUR

14

CREMA DE PATATA NATURAL
LOMO AL GRILL
YOGUR

15

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
XD BOQUERÓN A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL
YOGUR

16

MASA!
XDALUBIAS PINTAS HERVIDAS CON PATATAS (SIN VERDURAS)
POLLO ASADO CON TOMILLO
HELADO

17

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
YOGUR

20

FESTIVO

21

LENTEJAS HERVIDAS
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO
YOGUR

22

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
DADOS DE RAPE EN SALSA
YOGUR

23

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO MADRILEÑO
YOGUR

24

ARROZ BLANCO
ABADEJO A LA PLANCHA
YOGUR

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA
YOGUR

28

CREMA DE PATATA NATURAL
ALBÓNDIGAS CON PATATAS FRITAS
YOGUR

29

ARROZ BLANCO
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
YOGUR

30

ALUBIAS BLANCAS HERVIDAS CON ACEITE DE OLIVA
POLLO ASADO
YOGUR

31

NO LECTIVO

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