

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

CREMA DE PATATA NATURAL
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

3

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

4

RECETA FISH REVOLUTION
ARROZ BLANCO
FILETE DE CABALLA AL HORNO
YOGUR

7

LENTEJAS HERVIDAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
YOGUR

8

PATATAS COCIDAS CON ZANAHORIA
PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN
YOGUR

9

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
CROQUETAS DE JAMÓN (SIN ALÉRGENOS)
YOGUR

10

JORNADA THAIANDESA
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
YOGUR

11

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
YOGUR

14

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
YOGUR

15

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
MAGRO DE CERDO CON PATATAS DADO
YOGUR

16

CREMA DE PATATA NATURAL
POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
YOGUR

17

ALUBIAS PINTAS HERVIDAS CON PATATAS
CALAMARES GUISADOS
PATATAS DADO
YOGUR

18

DIA UNIVERSAL DEL NIÑO
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
LOMO ADOBADO A LA PLANCHA
PURÉ DE PATATAS
YOGUR

21

LENTEJAS HERVIDAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
YOGUR

22

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES SIN
TOMATE
YOGUR

23

ARROZ BLANCO
GALLO SAN PEDRO AL HORNO
YOGUR

24

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

25

CREMA DE PATATA NATURAL
COSTILLA DE CERDO
YOGUR

28

PATATAS AL HORNO
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y
PIMENTÓN
YOGUR

29

ALUBIA BLANCA Y PATATA HERVIDA CON
ACEITE DE OLIVA
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

30

PATATAS COCIDAS CON ZANAHORIA
POLLO ASADO AL TOMILLO EN SU JUGO
YOGUR

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