

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
FRUTA

3

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
FRUTA

4

**RECETA FISH REVOLUTION**  
ARROZ CON TOMATE  
CABALLA CON AJITOS EN SALSA DE TOMATE  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

7

LENTEJAS ESTOFADAS  
MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE  
VERDURAS  
FRUTA

8

JUDÍAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA  
PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN  
FRUTA

9

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
CROQUETAS DE JAMÓN (SIN ALÉRGENOS)  
FRUTA

10

**JORNADA THAIANDESA**  
TALLARINES CON VERDURAS AL ESTILO THAI  
CERDO AL ESTILO DE SIAM CON ZANAHORIA Y  
CHAMPINONES  
FRUTA

11

SOPA DE PICADILLO (CON FIDEOS Y JAMON)  
TORTILLA DE CALABACÍN  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

14

ARROZ CON VERDURAS  
FILETE DE ABADEJO EN SALSA  
FRUTA

15

SOPA DE FIDEOS  
TORTILLA DE PATATAS  
FRUTA

16

CREMA DE VERDURAS  
POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO  
FRUTA

17

ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS  
DADOS DE RAPE A LA MARINERA  
VERDURAS  
FRUTA

18

**DIA UNIVERSAL DEL NIÑO**  
MACARRONES CON TOMATE  
LOMO ASADO CON PERA Y UN PUNTO DE  
CURRY  
PURÉ DE PATATAS  
GELATINA DE FRESA

21

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

22

ESPAGUETIS CON TOMATE  
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES  
FRUTA

23

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
REVUELTO MURCIANO CON HUEVO,  
CALABACÍN Y CEBOLLA  
COMPOTA DE FRUTAS

24

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES  
ROLLITOS DE PRIMAVERA  
FRUTA

28

CREMA DE CALABACÍN  
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y  
PIMENTÓN  
FRUTA

29

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS  
HUEVOS ROTOS CON CALABACIN Y BACON  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

30

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,  
PATATA)  
POLLO ASADO AL TOMILLO EN SU JUGO  
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