

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

1

LECHUGA Y TOMATE
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO A LA CAZADORA
FRUTA

4

LECHUGA Y MAÍZ
ARROZ TRES DELICIAS (CON
GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

5

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA
Y TOMATE
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE ATÚN
YOGUR

6

FESTIVO

7

LECHUGA Y REMOLACHA
GUISADO DE POLLO
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
FRUTA

8

FESTIVO

11

LECHUGA, TOMATE, JUDIA BROTE Y
ZANAHORIA
PATATAS GUISADAS CON VERDURAS
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL
FRITAS CON MAIZENA
FRUTA

12

ENSALADA VERDE
PAELLA DE VERDURAS
FILETE DE BACALAO AL HORNO
PURÉ DE PATATAS
YOGUR

13

ENSALADA DE BROTES
HERVIDO VALENCIANO (JUDÍA VERDE,
PATATA Y CEBOLLA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y
PATATAS DADO
FRUTA

14

LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON
CARNE
TORTILLA FRANCESA
FRUTA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANCIA)
TOMATE PROVENZAL
CREMA PARMENTIER
POLLO EN SALSA
FRUTA

18

LECHUGA Y TOMATE
ARROZ CON MAGRO Y VERDURAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON
MAIZENA
FRUTA

19

LECHUGA Y MAÍZ
ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON
ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATAS
FRUTA

20

ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y
OLIVAS
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
ATÚN
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y
PIMENTÓN
FRUTA

21

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE,
MAÍZ, CEBOLLA Y ZANAHORIA
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN
GLUTEN
COCIDO COMPLETO
FRUTA

22

MENU ESPECIAL DE NAVIDAD
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
CEBOLLA
CREMA DE CALABAZA
HAMBURGUESA MIXTA CON CREMA
DE QUESO
NATILLAS

□

□

□

□

□

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

By Curious
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