

CAMPUS

SEPTIEMBRE



1	2	3	4	5
PASTA CON SALSA NAPOLITANA	PAELLA DE VERDURAS	TRAMPÓ DE GARBANZOS	ARROZ CON VERDURAS	COUS COUS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON JUDIAS VERDES	MERLUZA AL CALDO CORTO CON GUISANTES	LOMO SAJONIA CON PURÉ DE PATATA	POLLO AL HORNO CON ENSALADA (lechuga, maíz y aceitunas verdes)	EMPAÑADILLAS DE ATUN CON MENESTRA
FRUTA	FRUTA	LACTEO	FRUTA	FRUTA
8	9	10	11	aprendeacomersa 12.org
ENSALADA DE LENTEJAS	CANELONES DE CARNE	ENSALADA PASTA TRICOLOR	ARROZ 3 DELICIAS	ENSALADA DE VERANO (patata, pimiento rojo, atún y...
EMPAÑADILLAS DE ATUN CON ENSALADA (lechuga, col lombarda y aceitunas verdes)	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, cebolla y zanahoria)	SALCHICHAS DE CERDO CON MENESTRA	POLLO AL HORNO CON PATATAS ASADAS	STOP FOOD WASTE Program
FRUTA	FRUTA	FRUTA	LACTEO	CROQUETAS DE BACALAO CON GUINSANTES Y ZANAHORIA
15	16	17	18	19
ENSALADA MIXTA (lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria)	ARROZ CON VERDURAS (CALABACIN, CHAMPIÑONES Y ZANAHORIA)	MENESTRA DE VERDURAS	TRAMPÓ DE GARBANZOS	ESPAGUETTIS CON SALSA DE OREGANO
POLLO AL HORNO CON PATATAS ASADAS	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, maíz y aceitunas)	HAMBURGUESA MIXTA CON PATATAS ASADAS	LOMO SAJONIA EN SU JUGO CON ENSALADA (lechuga, mezclum, zanahoria)	VARITAS DE MERLUZA CON GUINSANTES
LACTEO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
22	23	24	25	26
MACARRONES CON BECHAMEL	GARBANZOS ALIÑADOS	JUDIAS VERDES SALTEADAS CON FIAMBRE DE PAVO	TABOULÉ (limón, Hierba buena, cilantro y tomate fresco)	ENSALADILLA RUSCA
ALBONDIGAS DE MERLUZA CON ENSALADA (lechuga, pepino y zanahoria)	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (lechuga y tomate)	ESTOFADO DE CERDO CON SALSA DE MOSTAZA Y ARROZ	POLLO FINAS HIERBAS CON ZANAHORIA Y JUDIAS VERDES	FISH REVOLUTION
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
29	30			
ARROZ 5 DELICIAS	ENSALADA DE VERANO (patata, pimiento rojo, atún y huevo duro)	ARROZ A LA CUBANA	PASTA CARACOLA CON SALSA NAPOLITANA	ENSALADA DE ALUBIAS
MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE LIMON CON TOMATE NATURAL	ALBONDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA	LOMO SAJONIA CON ENSALADA (lechuga, pimiento verde y maíz)	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (Lechuga, cebolla y zanahoria)	POLLO AL HORNO EN SU JUGO CON PATATAS
FRUTA	LACTEO	FRUTA	FRUTA	FRUTA

SCOLAREST

Alimentación
saludable y
sostenible

COMPASS
GROUP | Scolarest

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

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

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
GROUP | Scolarest