

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

	1		2		3	
CANELONES DE CARNE	ENSALADA PASTA TRICOLOR	ARROZ 3 DELICIAS	ENSALADA DE VERANO (patata, pimiento rojo, atún y huevo duro)			
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, cebolla y zanahoria)	SALCHICHAS DE CERDO CON MENESTRA	POLLO AL HORNO CON PATATAS ASADAS	MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE TOMATE Y JUDIAS VERDES			
FRUTA	FRUTA	LACTEO	FRUTA			
ENSALADA MIXTA (lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria)	ARROZ CON VERDURAS (CALABACIN, CHAMPIÑONES Y ZANAHORIA)	MENESTRA DE VERDURAS	TRAMPÓ DE GARBANZOS	ESPAGUETTIS CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO		
POLLO AL HORNO CON PATATAS ASADAS	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, maiz y aceitunas)	HAMBURGUESA MIXTA CON PATATAS FRITAS	LOMO SAJONIA EN SU JUGO CON ENSALADA (lechuga, mezclum, zanahoria)	VARITAS DE MERLUZA CON GUISEANTES		
FRUTA	LACTEO	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
14	15	16	17			18
MACARRONES CON BECHAMEL	GARBANZOS ALIÑADOS	JUDIAS VERDES SALTEADAS CON FIAMBRE DE PAVO	TABOULE (limón, Hierba buena, cilantro y tomate fresco)	ENSALADILLA CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!		
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	MERLUZA AL HORNO CON PICADA Y ENSALADA (lechuga, maiz y aceitunas)		
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
21	22	23	24			25
ARROZ 5 DELICIAS	ENSALADA DE VERANO (patata, pimiento rojo, atún y huevo duro)	ARROZ A LA CUBANA	MACARRONES A LA CARBONARA	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 maiz)	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (Lechuga, cebolla y zanahoria)	POLLO AL HORNO EN SU JUGO CON LOS PATATAS		
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
28	29	30	31			
PASTA CON SALSA NAPOLITANA	PAELLA DE VERDURAS	TRAMPÓ DE GARBANZOS	ARROZ CON VERDURAS			
TORTILLA DE PATATA CON JUDIAS VERDES	MERLUZA AL CALDO CORTO CON GUISEANTES	LOMO SAJONIA CON PURÉ DE PATATA	POLLO AL HORNO CON ENSALADA (lechuga, maiz y aceitunas verdes)			
FRUTA	FRUTA	LACTEO	FRUTA			

A JI
LA COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersa.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SOBRENDANDO
LOS
MARES

GROW
FOOD
BANKS

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