

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

8

11

12

13

14

15

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y OLIVAS
YOGUR

BRÓCOLI CON PATATAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

ENSALADILLA RUSA NATURAL ALIÑADA (PATATA, ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS)
BOQUERÓN ANDALUZA CON CAPONATA DE VERDURAS
FRUTA

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
TOMATE Y MAÍZ
FRUTA

JORNADA GASTRONOMICA ALEMANA
ARROZ CON MAGRO Y VERDURAS (ZANAHORIA Y PIMIENTO)
LOMO DE SAJONIA
COL CHUCRUT Y PURÉ DE PATATAS
FRUTA

18

19

20

21

22

CREMA DE BRÓCOLI
ESCALOPINES DE TERNERA EN SALSA CON VERDURAS
CHAMPIÑONES
FRUTA

ENSALADA CAMPERA
POLLO AL LIMÓN
PATATAS FRITAS
FRUTA

JORNADA AUSTRALIANA
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA
REVUELTO DE CALABACÍN
YOGUR

ARROZ EN PAELLA CON POLLO Y VERDURAS (PIMIENTO Y ZANAHORIA)
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
PEPINO
FRUTA

25

26

27

28

29

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE CON LECHUGA, PEPINO Y OLIVAS
FRUTA

BORRAJAS CON ACEITE DE OLIVA
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
HELADO

PATATAS ALI-OLI
POLLO ASADO A LA PROVENZAL
QUINOA (ECOLÓGICO) SALTEADA CON CEBOLLA
FRUTA

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA
CABALLA EN PAPILOTE CON PUERRO, ZANAHORIA & CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA
FRUTA

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

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.