

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA
FRUTA

2

GAZPACHO (SIN PAN)
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS CON MAIZENA
PATATAS FRITAS
YOGUR

5

CREMA DE CALABACÍN
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
PATATA ASADA
FRUTA

6

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

7

ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA

8

CREMA DE COLIFLOR
TIRAS DE MERLUZA FRITAS CON HARINA DE MAIZ
FRUTA

9

KARTOFFENSALAT (ENSALADA DE PATATA, HUEVO, MANZANA Y PEPINILLO CON MAHONESA Y MOSTAZA)
SALCHICHAS BRATWUST ACOMPAÑADAS DE PURÉ DE PATATAS
HELADO

12

FESTIVO

13

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
POLLO AL AJILLO
ESPINACAS SALTEADAS
FRUTA

14

GAZPACHO (SIN PAN)
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
PATATAS DADO
FRUTA

15

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA
GALLO SAN PEDRO EN SALSA VERDE
PATATA Y CEBOLLA
FRUTA

16

CREMA DE GUISANTES
LOMO DE SAJONIA
COL CHUCRUT Y PURÉ DE PATATAS
FLAN

19

GAZPACHO (SIN PAN)
TORTILLA DE PATATAS
PISTO (TOMATE, PIMIENTO, CALABACÍN Y CEBOLLA)
FRUTA

20

BRÓCOLI CON PATATAS Y ZANAHORIA
ALBÓNDIGAS CON TOMATE
PATATAS FRITAS
FRUTA

21

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
CHILI CON CARNE
FRUTA

22

CREMA DE CALABAZA ALEMANA (KUERBISSUPE)
MERLUZA AL LIMÓN
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

23

CREMA DE VERDURAS
GOULASH DE CERDO
BRÓCOLI
YOGUR

26

PAELLA DE VERDURAS
GALLO SAN PEDRO AL HORNO
JUDÍAS VERDES
FRUTA

27

GAZPACHO (SIN PAN)
COCIDO DE GARBANZOS CON POLLO Y VERDURAS (PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES)
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

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio.

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