

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

FESTIVO

10

NO LECTIVO

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS  
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO  
ZANAHORIA RALLADA Y REMOLACHA  
FRUTA

12

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
MERLUZA A LA BILBAÍNA  
LECHUGA Y CEBOLLA  
YOGUR

13

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
FRUTA

14

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,  
PATATA)  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE Y MAÍZ  
YOGUR

17

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) CON  
JULIANA DE VERDURA AL CURRY  
HAMBURGUESA VEGETAL  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

19

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
HUEVOS REVUELTOS CON QUESO Y TOMATE  
ENSALADA DE BROTES  
YOGUR

20

CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES  
COCA DE VERDURAS CON BOLOÑESA DE  
LEGUMBRETA  
FRUTA

21

**FISH REVOLUTION/DÍA DEL LIBRO**  
MACARRONES A LA ITALIANA  
FILETE DE ABADEJO EN SALSA  
ENSALADA ILUSTRADA  
YOGUR

24

JUDÍAS VERDES REHOGADAS  
HUEVOS FRITOS  
PATATAS DADO  
FRUTA

25

ARROZ GRATINADO CON VERDURAS  
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

26

**INCAS**  
LOCRO DE PAPAS ANDINO  
TORTILLA DE CALABACÍN  
TABULE INCA DE QUINOA (ECOLÓGICO) CON  
LECHUGA Y MAÍZ  
HELADO

27

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
FRUTA

28

LENTEJAS (ECOLÓGICO) A LA JARDINERA  
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO  
ENSALADA VERDE  
YOGUR

AQUÍ  
SE COCINA  
100% CON  
ACEITE  
DE OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

STOP FOOD WASTE  
Program 

Por Cuantos **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