

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1496 Kcal. P.: 19 HC.: 61 L.: 15 G.: 4 SOPA DE COCIDO TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW FRUTA FRUIT	2778 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 31 G.: 7 RECETA FISH REVOLUTION ARROZ CANTONÉS CANTONICE RICE CABALLA MARINADA EN SOJA Y NARANJA CON FALSO COUS COUS DE VERDURAS MACKEREL MARINATED IN SOY AND ORANGE WITH FAKE VEGETABLE COUS COUS FRUTA FRUIT	3575 Kcal. P.: 17 HC.: 28 L.: 52 G.: 13 BRÓCOLI GRATINADO CON QUESO EDAM BROCCOLI GRATIN WITH EDAM CHEESE TORTILLA DE PATATAS SPANISH OMELETTE LECHUGA Y JUDIA BROTE LETTUCE AND MUNG BEAN YOGUR YOGHURT
6766 Kcal. P.: 13 HC.: 45 L.: 36 G.: 5 LENTEJAS (ECOLÓGICO) GUIADAS CON ZANAHORIA LENTIL (ECOLOGICAL) AND CARROT STEW CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO HOME- STYLE CHICKEN CROQUETTES LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA LETTUCE AND SHREDDED CARROT FRUTA FRUIT	7587 Kcal. P.: 16 HC.: 59 L.: 24 G.: 5 ARROZ A LA NAPOLITANA NAPOLITANA RICE FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA MERY BAKED HAKE FILLET WITH MERY SAUCE ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ LETTUCE SALAD WITH BEETROOT AND SWEETCORN FRUTA FRUIT	8598 Kcal. P.: 24 HC.: 38 L.: 36 G.: 9 SOPA PRIMAVERA CON YORK Y HUEVO SPRING SOUP WITH COOKED HAM AND EGG POLLO AL AJILLO CHICKEN WITH GARLIC VERDURAS VEGETABLES FRUTA FRUIT	9655 Kcal. P.: 19 HC.: 47 L.: 29 G.: 10 JORNADA CHEROKEE CHEROKEE SUCCOTASH (Alubias blancas guisadas con maíz) CHEROKEE SUCCOTASH (White beans stewed with corn) CAZUELA CHEROKEE DE LA ABUELA GRANDMA'S CHEROKEE CASSEROLE FRUTA FRUIT	10568 Kcal. P.: 17 HC.: 29 L.: 50 G.: 12 JUDÍAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA GREEN BEANS WITH POTATOES AND CARROTS HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO CLASSICS EGGS BROKEN, POTATOES AND HAM TOMATE Y OLIVAS TOMATO AND OLIVES YOGUR YOGHURT
13664 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 31 G.: 5 MACARRONES GRATINADOS MACARONI AU GRATIN GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO SAN PEDRO ROOSTER IN MARINADE, BAKED LECHUGA Y MAÍZ LETTUCE AND SWEETCORN FRUTA FRUIT	14698 Kcal. P.: 19 HC.: 33 L.: 42 G.: 9 ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS ORGANIC HARICOT BEANS WITH VEGETABLES TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA COURGETTE AND POTATO OMELETTE LECHUGA Y COL LOMBARDA LETTUCE AND RED CABBAGE YOGUR YOGHURT	15614 Kcal. P.: 21 HC.: 41 L.: 35 G.: 8 CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS MAGRO DE CERDO A LA JARDINERA CON PATATAS PORK STEW WITH VEGETABLES AND POTATOES FRUTA FRUIT	16496 Kcal. P.: 19 HC.: 61 L.: 15 G.: 4 SOPA DE COCIDO TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW FRUTA FRUIT	17837 Kcal. P.: 7 HC.: 53 L.: 37 G.: 9 MENÚ ESPECIAL DE CARNAVAL ARROZ A LA VENECIANA VENECIANA STYLE RICE FLAMENQUINES BATTERED PORK FILLET STUFFED WITH CURED HAM ENSALADA VERDE GREEN SALAD FRUTA FRUIT
20567 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 37 G.: 9 SOPA DE ESTRELLAS PASTA STAR SOUP POLLO ASADO CON TOMILLO ROAST CHICKEN WITH THYME LECHUGA Y CEBOLLA LETTUCE AND ONION FRUTA FRUIT	21602 Kcal. P.: 16 HC.: 54 L.: 24 G.: 4 CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERROS CREAM OF CARROTS AND LEEKS GARBANZOS GUIADOS CON MAGRO CHICKPEAS WITH PORK LOIN STEW FRUTA FRUIT	22735 Kcal. P.: 16 HC.: 48 L.: 33 G.: 8 JORNADA FISH REVOLUTION TALLARINES CON TOMATE Y QUESO TAGLIATELLE WITH TOMATO AND CHEESE ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA CAZADORA CON CHAMPIÑONES Y PATATA MARINA HAKE DUMPLINGS IN HUNTER SAUCE WITH MUSHROOMS AND SEA POTATO YOGUR YOGHURT	23689 Kcal. P.: 13 HC.: 49 L.: 36 G.: 7 PAELLA DE VERDURAS PAELLA WITH VEGETABLES TORTILLA DE ATÚN TUNA OMELETTE LECHUGA Y PEPINO LETTUCE AND CUCUMBER FRUTA FRUIT	24 NO LECTIVO
27 NO LECTIVO	28693 Kcal. P.: 9 HC.: 39 L.: 50 G.: 10 SOPA DE LLUVIA PASTA SOUP EMPANADO DE PAVO Y QUESO BREADED TURKEY AND CHEESE LECHUGA Y OLIVAS LETTUCE AND OLIVES YOGUR YOGHURT			

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: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

SCOLAREST

*Alimentación
saludable y
sostenible*

COMPASS
GROUP | 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
GROUP | Scolarest