

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

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

2

**RECETA FISH REVOLUTION**  
ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS  
CABALLA MARINADA EN SOJA Y NARANJA  
CON FALSO COUS COUS DE VERDURAS  
FRUTA

3

BRÓCOLI GRATINADO CON QUESO EDAM  
TORTILLA DE PATATAS  
LECHUGA Y JUDIA BROTE  
YOGUR

6

LENTEJAS (ECOLÓGICO) GUIADAS CON  
ZANAHORIA  
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

7

ARROZ CON TOMATE  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA  
MERY  
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ  
FRUTA

8

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
POLLO AL AJILLO  
VERDURAS  
FRUTA

9

**JORNADA CHEROKEE**  
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS  
ARROZ CON VERDURAS  
FRUTA

10

JUDÍAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA  
TORTILLA FRANCESA  
TOMATE Y OLIVAS  
YOGUR

13

MACARRONES GRATINADOS  
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

14

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) CON  
VERDURAS  
TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
YOGUR

15

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE  
PAN  
FILETE DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS  
FRUTA

16

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

17

**MENÚ ESPECIAL DE CARNAVAL**  
ARROZ CON TOMATE  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

20

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y CEBOLLA  
FRUTA

21

CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERROS  
GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE  
FRUTA

22

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
TALLARINES CON TOMATE Y QUESO  
ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA  
CAZADORA CON CHAMPIÑONES Y PATATA  
MARINA  
YOGUR

23

PAELLA DE VERDURAS  
TORTILLA DE ATÚN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

24

NO LECTIVO

27

NO LECTIVO

28

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL  
EMPANADO DE PAVO Y QUESO  
LECHUGA Y OLIVAS  
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