

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 CANTONÉS  
CABALLA MARINADA EN SOJA Y NARANJA  
CON FALSO COUS COUS DE VERDURAS  
FRUTA

3

BRÓCOLI CON PATATAS  
TORTILLA FRANCESA  
LECHUGA Y JUDIA BROTE  
YOGUR DESNATADO

6

LENTEJAS (ECOLÓGICO) GUIADAS CON  
ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

7

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

8

SOPA PRIMAVERA CON YORK Y HUEVO  
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 DESNATADO

13

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

14

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

15

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE  
PAN  
MAGRO A LA JARDINERA  
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 ESTRELLAS  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y CEBOLLA  
FRUTA

21

CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERROS  
GARBANZOS GUIADOS CON MAGRO  
FRUTA

22

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
TALLARINES CON TOMATE  
FILETE DE ABADEJO EN SALS  
YOGUR DESNATADO

23

PAELLA DE VERDURAS  
TORTILLA DE ATÚN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

24

NO LECTIVO

27

NO LECTIVO

28

SOPA DE LLUVIA  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y OLIVAS  
YOGUR DESNATADO

AQUÍ  
SE COCINA  
100% CON  
ACEITE  
DE OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://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.

COMPASS  
Scolarest