

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS SALTEADOS CON VERDURAS
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE,
ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA,
HUEVO Y TOMATE
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
VERDURAS
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES GRATINADOS
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO
Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
HUEVO REVUELTO CON VERDURAS
SALTEADAS
YOGUR

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

De Cuñados
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS SIN GLUTEN Y SIN HUEVO A LA
BOLOÑESA
FRUTA

12

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TERNERA EN SALSA
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO SIN PLV ,SIN
LACTOSA)
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

By Curious
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE, ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES GRATINADOS
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

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

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE, ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES GRATINADOS
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

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

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS SIN GLUTEN Y SIN HUEVO A LA
BOLOÑESA
FRUTA

12

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
FRUTA

18

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
FRUTA

25

BRÓCOLI CON PUERRO
TERNERA EN SALSA
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO SIN PLV ,SIN
LACTOSA)
FRUTA

27

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

By Curious
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS SIN GLUTEN Y SIN HUEVO A LA
BOLOÑESA
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE,
ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA,
HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
YOGUR

25

BRÓCOLI CON PUERRO
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO SIN PLV ,SIN
LACTOSA)
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO
Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

By Curious
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE
Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES GRATINADOS
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TERNERA EN SALSA
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

By Curious
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS SIN GLUTEN Y SIN HUEVO A LA
BOLONESA
FRUTA

12

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y
ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE,
ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

25

POTAJE DE LENTEJAS
TERNERA EN SALSA
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO SIN PLV ,SIN
LACTOSA)
FRUTA

27

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

De Cuñados
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS SIN GLUTEN Y SIN HUEVO A LA
BOLOÑESA
FRUTA

12

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
ARROZ CON POLLO
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO AL HORNO
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y
ZANAHORIA)
FRUTA

22

ENSALADA DE QUESO FRESCO
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TERNERA EN SALSA
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO SIN PLV ,SIN
LACTOSA)
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA DE LECHUGA Y CEBOLLA
PECHUGA DE PAVO GUISADO
FRUTA

29

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA
DE TOMATE CASERA
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

By Curious
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSAS DE TOMATE, ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSAS DE TOMATE ALBAHACA Y ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES CON SOFRITO
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON TERNERA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO EN SALSAS
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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.

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

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE, ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE ALBAHACA Y ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES GRATINADOS
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

By Curious 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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE
Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON POLLO
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
PECHUGA DE PAVO GUISADO
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSA DE TOMATE,
ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y
CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
YOGUR

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA,
HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON
VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES GRATINADOS
FRUTA

22

ENSALADA DE QUESO FRESCO
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON
TERNERA
YOGUR

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ A LA NAPOLITANA
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y
ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO
Y TOMATE
PECHUGA DE PAVO GUISADO
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON
BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
YOGUR

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.

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

De Cuentas
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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO
ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
FRUTA

12

ENSALADA MIXTA
ARROZ CON CHOCO Y OLIVA VERDE
FRUTA

13

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
CALABACÍN
FRUTA

14

GARBANZOS ESTOFADOS
HUEVOS COCIDOS CON SALSAS DE TOMATE, ZANAHORIA, CALABACÍN Y PIMIENTO
FRUTA

15

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
POLLO A LA CAZADORA
CON ARROZ PILAF
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
FRUTA

19

PAELLA DE VERDURAS
BACALAO EN SALSAS DE TOMATE ALBAHACA Y ACEITUNA
FRUTA

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
BRÓCOLI
FRUTA

21

CREMA DE PUERRO Y PATATA
MACARRONES CON SOFRITO
FRUTA

22

ENSALADA DE CABALLA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, CABALLA)
ESTOFADO DE PATATAS Y ARROZ CON TERNERA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

25

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS
CRUDITÉS (ZANAHORIA, PEPINO Y PIMIENTO ROJO)
FRUTA

26

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE ALBAHACA
FIDEUA DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA

27

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE ABADEJO EN SALSAS
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA
FRUTA

28

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
CALDERETA DE DADOS DE RAPE
FRUTA

29

LAZOS CON TOMATE
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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.

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

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