

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

6

1

2

3

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

FESTIVO

FESTIVO

CREMA DE PATATA Y PUERRO
FIDEUA DE MERLUZA Y PALOMETA
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA
PAN

LENTEJAS A LA JARDINERA
HUEVOS COCIDOS
SALSA DE TOMATE Y GUI SANTES
FRUTA
PAN

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA,
HUEVO Y TOMATE
SALTEADO DE GARBANZOS, VERDURAS,
COUS COUS Y POLLO AL CURRY
FRUTA
PAN

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA
ABADEJO EN ADOBO
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO
Y ZANAHORIA
FRUTA
PAN INTEGRAL

TALLARINES AL AGLIAJO
POLLO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ,
PIMIENTO ROJO Y CEBOLLINO
YOGUR
PAN

ENSALADA MIXTA
ARROZ CALDOSO CON CALAMARES
FRUTA
PAN

ALUBIAS BLANCAS GUI SADAS CON
ZANAHORIA
TORTILLA FRANCESA
TOMATE ALIÑADO Y PIMIENTO VERDE
FRUTA
PAN

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON
PICATOSTES
PIZZA CASERA DE POLLO A LA
PARRILLA
LECHUGA Y OLIVAS
FRUTA
PAN

1894,2 KJ 461 Kcal. P.: 13 HC.: 57 L.: 25 G.: 4 A:
19,1 S: 2,3

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y
NARANJA
ESTOFADO DE PATATAS CON TERNERA
FRUTA
PAN

1634,2 KJ 399 Kcal. P.: 14 HC.: 42 L.: 41 G.: 8 A:
14,5 S: 2,6

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ARROZ PILAF
FRUTA
PAN INTEGRAL

2505,2 KJ 597 Kcal. P.: 21 HC.: 43 L.: 33 G.: 5
A: 19,5 S: 4,7

FIDEOS A LA CAZUELA CON
VERDURAS
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA
EN SALSA DE TOMATE
LECHUGA Y MAÍZ
YOGUR
PAN

2494 KJ 596 Kcal. P.: 11 HC.: 56 L.: 29 G.: 4 A:
19 S: 3

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE
DE ALBAHACA
MACARRONES TRES DELICIAS
(CHAMPIÑON , HUEVO , CEBOLLA Y
PIMIENTO)
FRUTA
PAN

2056 KJ 491 Kcal. P.: 15 HC.: 53 L.: 28 G.: 4 A:
18 S: 2

1933 KJ 462 Kcal. P.: 17 HC.: 36 L.: 44 G.: 10 A:
14 S: 2

ENSALADA DE QUESO FRESCO
PATATAS CON CHOCO
FRUTA
PAN INTEGRAL

2306 KJ 551 Kcal. P.: 14 HC.: 53 L.: 30 G.: 4 A:
15 S: 4

PAELLA DE VERDURAS
MERLUZA AL LIMÓN
PEPINO
YOGUR
PAN

2638 KJ 631 Kcal. P.: 23 HC.: 36 L.: 36 G.: 8 A:
18 S: 3

2658 KJ 635 Kcal. P.: 13 HC.: 59 L.: 26 G.: 4 A:
20 S: 3

2394 KJ 572 Kcal. P.: 14 HC.: 56 L.: 28 G.: 4 A:
19 S: 3

2418 KJ 578 Kcal. P.: 18 HC.: 36 L.: 39 G.: 7 A:
17 S: 4

2717 KJ 650 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 29 G.: 5 A:
19 S: 3

NOTA: Frutas a servir: plátano, manzana, mandarina o pera.
Valores nutricionales expresados en KiloCalorías (Kcal.)/Kilojulios (Kj.) para la energía, y en gramos para el resto de nutrientes (P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: Grasas saturados / A: azúcares / S: Sal)



¿Qué cenamos hoy?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1	2	3
		ARROZ CON TOMATE HUEVOS COCIDOS LECHUGA Y PEPINO FRUTA	CODITOS CON SOFRITO MERLUZA EN SALSAS VERDE TOMATE ALIÑADO FRUTA	SALTEADO DE CALABAZA Y ZANAHORIAS CON SESAMO PECHUGA DE PAVO GUISADO JUDIAS VERDES FRUTA
6	7	8	9	10
FESTIVO	GUISANTES A LA FRANCESA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE NATURAL YOGUR	FESTIVO	FIDEUA CON VERDURITAS HAMBURGUESA VEGETAL LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	BRÓCOLI REHOGADO REVUELTO DE JAMÓN CHAMPIÑONES YOGUR
13	14	15	16	17
COUFLOR CON BECHAMEL TORTILLA FRANCESA TOMATE Y ZANAHORIA YOGUR	ARROZ (INTEGRAL) A LA CAZUELA CON VERDURAS FILETE DE MERLUZA REBOZADA LECHUGA Y PEPINO YOGUR	SOPA DE FIDEOS LOMO DE CERDO AL HORNO GUISANTES REHOGADOS YOGUR	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATA ASADA YOGUR	ALCACHOFAS SALTEADAS LENGUADO A LA PLANCHA TOMATE CON ORÉGANO FRUTA
20	21	22		
SOPA DE VERDURAS CON PASTA MAGRO DE CERDO EN SALSA ENSALADA DE TOMATE YOGUR	PANACHE DE VERDURITAS PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA PIMIENTOS VERDES YOGUR	ENSALADA DE PASTA CON LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO TORTILLA DE PATATAS LECHUGA Y TOMATE YOGUR		

¡Te damos la bienvenida
a nuestro comedor
escolar Seguro!



1

Estamos preparados para
garantizar la seguridad de los niños y
niñas en el aula-comedor.

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



2

Desarrollamos e implantamos
nuestros Protocolos de
Seguridad y Prevención,
verificados por Bureau
Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las
familias es nuestra prioridad.

Notas:

Incrementa tu consumo de **fruta** y **frutos secos** mediante snacks saludables y nutritivos
(Plátano + crema de cacahuete / Manzana + almendras / Naranja + pistachos)

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.

Scolarest