

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

CREMA DE LEGUMBRES (LENTEJAS)
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
CALABACÍN
FRUTA

11

CODITOS SALTEADOS
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
FRUTA

12

CREMA DE CALABAZA
TERNERA EN SALSA
FRUTA

13

ARROZ BLANCO
FILETE DE POLLO AL AJILLO
FRUTA

14

ARROZ BLANCO
TORTILLA FRANCESA
FRUTA

17

SOPA DE LETRAS
POLLO AL ROMERO
CALABACÍN CUBO
FRUTA

18

CREMA DE LEGUMBRES (ALUBIAS)
TORTILLA FRANCESA
FRUTA

19

CREMA DE CALABAZA
MACARRONES TRES DELICIAS (CHAMPIÑÓN,
HUEVO, CEBOLLA Y PIMIENTO)
FRUTA

20

ARROZ BLANCO
MERLUZA AL LIMÓN
PEPINO
FRUTA

21

CODITOS SALTEADOS
CHOCO EN SALSA
YOGUR

24

CREMA DE PUERROS
YOGUR
FRUTA

25

CREMA DE LEGUMBRES (LENTEJAS)
HUEVOS COCIDOS
PASTA
FRUTA

26

CREMA DE LEGUMBRES (GARBANZOS)
POLLO EN SALSA
COUS COUS
FRUTA

27

ARROZ BLANCO
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
FRUTA

28

TALLARINES AL AGLIAJO
POLLO EN SALSA
CALABAZA ASADA
YOGUR

31

ARROZ BLANCO
CALAMARES GUIADOS
FRUTA

NOTAS: VERDURA CRUDA: trocear en pequeños trozos y poner en remojo durante un par de horas. VERDURA Y LEGUMBRE COCIDAS: hervir 2 veces y tirar el agua cada vez. Frutas de preferencia: manzana, pera y sandía.



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



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

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:

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.

