

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

8 755 Kcal. P.: 9 HC.: 46 L.: 43 G.: 6  
 ARROZ TRES DELICIAS  
 RABAS DE CALAMAR  
 LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
 FRUTA

11 716 Kcal. P.: 24 HC.: 33 L.: 39 G.: 9  
 LENTEJAS CON VERDURA  
 RAGOUT DE POLLO AL ROMERO  
 LECHUGA Y CEBOLLA  
 FRUTA

12 479 Kcal. P.: 14 HC.: 39 L.: 43 G.: 8  
 CREMA DE JUDÍAS VERDES  
 TORTILLA DE CALABACÍN  
 ZANAHORIA EN RODAJAS  
 FRUTA

13 538 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 33 G.: 6  
 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ATÚN Y HUEVO DURO  
 EMPEDRADO DE LEGUMBRES (GARBANZOS Y ALUBIAS) COM PIMIENTO ROJO, VERDE Y ZANAHORIA  
 FRUTA

14 746 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 5  
 ARROZ A LA NAPOLITANA  
 FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA  
 ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PEPINO Y ZANAHORIA  
 FRUTA

15 433 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 34 G.: 12  
 CREMA DE CALABACÍN  
 LASAÑA DE CARNE CON QUESO  
 PARMESANO GRATINADO  
 YOGUR

18 569 Kcal. P.: 17 HC.: 36 L.: 45 G.: 7  
 CREMA DE VERDURAS NATURAL CON PICATOSTES  
 HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
 SALSA DE VERDURAS  
 TOMATE ALIÑADO  
 FRUTA

19 780 Kcal. P.: 12 HC.: 37 L.: 48 G.: 7  
 POTAJE DE GARBANZOS VERDURAS Y PASTA  
 TORTILLA DE PATATAS  
 LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
 FRUTA

20 580 Kcal. P.: 10 HC.: 65 L.: 23 G.: 3  
 VICHYSOISE  
 ARROZ CON HALIBUT  
 FRUTA

21 489 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 28 G.: 6  
 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, REMOLACHA Y MAÍZ  
 ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO  
 FRUTA

22 638 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 38 G.: 8  
 CODITOS CON TOMATE Y QUESO  
 MEDALLON DE BACALAO AL HORNO CON LIMON Y CAMA DE CEBOLLA  
 ENSALADA IV ESTACIONES  
 YOGUR

25 755 Kcal. P.: 9 HC.: 46 L.: 43 G.: 6  
 ARROZ TRES DELICIAS  
 RABAS DE CALAMAR  
 LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
 FRUTA

26 607 Kcal. P.: 18 HC.: 37 L.: 40 G.: 8  
 LENTEJAS ESTOFADAS  
 TORTILLA FRANCESA  
 LECHUGA Y PIMIENTO ROJO  
 FRUTA

27 545 Kcal. P.: 19 HC.: 31 L.: 48 G.: 12  
 CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
 HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA  
 SALSA DE TOMATE Y GUIANTES  
 FRUTA

28 516 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 30 G.: 5  
 ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)  
 GARBANZOS GUIADOS CON MAGRO  
 FRUTA

29 678 Kcal. P.: 22 HC.: 41 L.: 35 G.: 7  
 ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO RALLADO  
 PALOMETA CON SALSA JARDINERA (CALABACÍN, ZANAHORIA, CEBOLLA)  
 ZANAHORIA EN RODAJAS  
 YOGUR

NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



¡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

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



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

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

2

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



BUREAU VERITAS

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.

Scolarest