

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

2161 KJ 516 Kcal. P.: 24 HC.: 35 L.: 37 G.: 9 A.: 11 S.: 4

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
ZANAHORIA Y CALABACÍN
FRUTA
PAN

3

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

4

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

5

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

8

2164 KJ 517 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 39 G.: 7 A.: 15 S.: 4

SOPA DE LETRAS
POLLO AL ROMERO
LECHUGA Y OLIVAS
FRUTA
PAN

9

3040 KJ 727 Kcal. P.: 15 HC.: 32 L.: 47 G.: 8 A.: 17 S.: 2

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA
PAN

10

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

11

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

PAELLA DE VERDURAS (guisante, pimiento, zanahoria y cebolla)
MERLUZA AL LIMÓN
PEPINO
FRUTA
PAN INTEGRAL

12

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

ENSALADA DE QUESO FRESCO
PATATAS CON CHOCO
YOGUR
PAN

15

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

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

16

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

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

17

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

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
SALTEADO DE GARBANZOS, VERDURAS (zanahoria, pimiento, cebolla), COUS COUS Y POLLO AL CURRY
FRUTA
PAN

18

2975 KJ 711 Kcal. P.: 15 HC.: 48 L.: 35 G.: 5 A.: 17 S.: 4

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

19

2408 KJ 576 Kcal. P.: 16 HC.: 44 L.: 38 G.: 9 A.: 10 S.: 3

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

22

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

ENSALADA MIXTA (lechuga, tomate, huevo, cebolla y maíz)
ARROZ CALDOSO CON CALAMARES
FRUTA
PAN

23

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

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA Y PATATA
TORTILLA FRANCESA
TOMATE ALIÑADO Y PIMIENTO VERDE
FRUTA
PAN

24

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

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
ESPIRALES SALTEADOS CON POLLO ADOBADO
LECHUGA Y OLIVAS
FRUTA
PAN

25

2253 KJ 538 Kcal. P.: 20 HC.: 47 L.: 31 G.: 7 A.: 16 S.: 2

SOPA DE ARROZ
MAGRO DE CERDO A LA JARDINERA CON PATATAS
FRUTA
PAN INTEGRAL

26

3178,6 KJ 760 Kcal. P.: 18 HC.: 40 L.: 41 G.: 8 A.: 13.6 S.: 2.2

CODITOS CON TOMATE Y CALABACÍN
BOQUERON ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR
PAN

29

2025 KJ 492 Kcal. P.: 9 HC.: 65 L.: 24 G.: 4 A.: 17.4 S.: 2.2

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
ARROZ CANTONÉS CON TORTILLA, ZANAHORIA Y GUISANTES
FRUTA
PAN

30

2161 KJ 516 Kcal. P.: 24 HC.: 35 L.: 37 G.: 9 A.: 11 S.: 4

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
SALTEADO DE ZANAHORIA Y CALABACÍN
FRUTA
PAN



¿Qué cenamos hoy?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
FESTIVO	COLIFLOR GRATINADA CON QUESO RAGOUT DE POLLO VERDURAS FRUTA	ARROZ CON TOMATE HUEVOS COCIDOS LECHUGA Y PEPINO FRUTA	CODITOS CON SOFRITO MERLUZA EN SALSA VERDE TOMATE ALIADO FRUTA	SALTEADO DE CALABAZA Y ZANAHORIAS CON SESAMO PECHUGA DE PAVO GUISADO JUDIAS VERDES FRUTA
8	9	10	11	12
MENESTRA DE VERDURAS FILETE DE MERLUZA AL HORNO PATATA PANADERA YOGUR	CREMA DE CALABAZA FILETE DE BACALAO AL HORNO LECHUGA Y MAÍZ YOGUR	GUISANTES A LA FRANCESA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE NATURAL YOGUR	BRÓCOLI REHOGADO REVUELTO DE JAMÓN CHAMPIÑONES YOGUR	FIDEUA CON VERDURITAS HAMBURGUESA VEGETAL LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA
15	16	17	18	19
COLIFLOR 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
22	23	24	25	26
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	CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA PALOMETA AL HORNO TOMATE NATURAL YOGUR	ENSALADA CAPRESSE TERNERA EN SALSA PATATA AL VAPOR FRUTA
29	30			
SOPA DE VERDURITAS TRUCHA A LA MEDITERRÁNEA CON OLIVAS PATATA ASADA FRUTA	COLIFLOR GRATINADA CON QUESO RAGOUT DE POLLO VERDURAS FRUTA			

¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!



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:

¡CONSUME UNA DIETA VARIADA: Cuantos más colores tengan tus menús, más nutritivos serán!

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