

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

1 2229,6 KJ 533 Kcal. P.: 21 HC.: 44 L.: 33 G.: 8 A.: 18,2 S: 3,7

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

2 2261,2 KJ 540 Kcal. P.: 11 HC.: 54 L.: 31 G.: 6 A.: 20,7 S: 2,8

CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y
PATATA
PIZZA CASERA DE POLLO A LA
PARRILLA
LECHUGA Y OLIVAS
FRUTA
PAN

3 2375 KJ 568 Kcal. P.: 19 HC.: 38 L.: 37 G.: 7 A.: 19 S: 3,4

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

4 2157,7 KJ 516 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 37 G.: 8 A.: 11 S: 4,2

FIDEOS A LA CAZUELA CON
VERDURAS
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y
PIMENTÓN
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR
PAN

7 2150,2 KJ 514 Kcal. P.: 21 HC.: 41 L.: 32 G.: 7 A.: 18 S: 3,7

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

8 3457,4 KJ 826 Kcal. P.: 14 HC.: 41 L.: 43 G.: 7 A.: 19,7 S: 1,9

ESPAGUETIS CON TOMATE
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO
Y FRITO)
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA
PAN

9 1918,9 KJ 459 Kcal. P.: 13 HC.: 51 L.: 31 G.: 8 A.: 23,6 S: 2,4

CREMOSA DE ZANAHORIAS CON
TOMILLO FRESCO
ESTOFADO DE PATATAS CON TERNERA
FRUTA
PAN

10 2654,6 KJ 634 Kcal. P.: 23 HC.: 28 L.: 47 G.: 12 A.: 19,1 S: 2,8

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA,
TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
POLLO TANDOORI
CON ARROZ PILAF
FRUTA
PAN INTEGRAL

11 2084,3 KJ 498 Kcal. P.: 12 HC.: 58 L.: 29 G.: 7 A.: 12,5 S: 2,4

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

14 2339 KJ 559 Kcal. P.: 20 HC.: 35 L.: 43 G.: 10 A.: 17,6 S: 2

SOPA MARAVILLA
FILETE DE POLLO A LA NARANJA
LECHUGA Y OLIVAS
FRUTA
PAN

15 3006,5 KJ 720 Kcal. P.: 14 HC.: 34 L.: 47 G.: 8 A.: 18,3 S: 3

POTAJE DE GARBANZOS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
LECHUGA Y CEBOLLA
FRUTA
PAN

16 2297,3 KJ 549 Kcal. P.: 12 HC.: 61 L.: 24 G.: 4 A.: 19,1 S: 2,3

CREMA DE CALABAZA CON ACEITE DE
ALBAHACA
ESPIRALES TRES DELICIAS (CHAMPIÑÓN
, HUEVO , CEBOLLA Y PIMIENTO)
FRUTA
PAN

17 2348,9 KJ 561 Kcal. P.: 14 HC.: 54 L.: 30 G.: 5 A.: 17,1 S: 4,2

PAELLA DE VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON
SALSA MERY
PEPINO
FRUTA
PAN INTEGRAL

18 1933,1 KJ 462 Kcal. P.: 17 HC.: 36 L.: 44 G.: 11 A.: 13,9 S: 2,3

ENSALADA DE QUESO FRESCO
PATATAS CON CHOCO
YOGUR
PAN

21 3141 KJ 751 Kcal. P.: 14 HC.: 50 L.: 33 G.: 6 A.: 22,5 S: 3,4

CREMA DE CALABACÍN NATURAL
CON PICATOSTES
FIDEUA DE ATÚN
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA
PAN

22 2666,4 KJ 637 Kcal. P.: 21 HC.: 37 L.: 36 G.: 8 A.: 20,6 S: 2,6

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA
HUEVOS COCIDOS
SALSA DE TOMATE Y GUISANTES
FRUTA
PAN

23 2091,8 KJ 500 Kcal. P.: 14 HC.: 54 L.: 27 G.: 4 A.: 20,24 S: 2,2

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

24 2578,2 KJ 678 Kcal. P.: 15 HC.: 52 L.: 31 G.: 5 A.: 19,2 S: 3,6

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

25

FESTIVO

28

FESTIVO



¿Qué cenamos hoy?

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
	COLIFLOR GRATINADA CON QUESO RAGOUT DE POLLO VERDURAS FRUTA	SOPA DE VERDURITAS TRUCHA A LA MEDITERRÁNEA CON OLIVAS PATATA ASADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE PECHUGA DE PAVO GUISADO LECHUGA Y PEPINO FRUTA	SALTEADO DE CALABAZA Y ZANAHORIAS CON SESAMO HUEVOS COCIDOS JUDIAS VERDES FRUTA
7	8	9	10	11
ARROZ (INTEGRAL) A LA CAZUELA CON VERDURAS FILETE DE MERLUZA REBOZADA LECHUGA Y PEPINO YOGUR	ALCACHOFAS SALTEADAS LENGUADO A LA PLANCHA TOMATE CON ORÉGANO FRUTA	SOPA DE FIDEOS LOMO DE CERDO AL HORNO GUISANTES REHOGADOS YOGUR	COLIFLOR CON BECHAMEL TORTILLA FRANCESA TOMATE Y ZANAHORIA YOGUR	CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO PATATA ASADA YOGUR
14	15	16	17	18
MENESTRA DE VERDURAS FILETE DE MERLUZA AL HORNO PATATA PANADERA YOGUR	GUISANTES A LA FRANCESA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA TOMATE NATURAL YOGUR	BRÓCOLI REHOGADO REVUELTO DE JAMÓN CHAMPIÑONES YOGUR	ENSALADA CAPRESSE TERNERA EN SALSA PATATA AL VAPOR FRUTA	FIDEUA CON VERDURITAS HAMBURGUESA VEGETAL LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA
21	22	23	24	25
PANACHE DE VERDURITAS PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA BONIATO ASADO YOGUR	SOPA DE VERDURAS CON PASTA MAGRO DE CERDO EN SALSA ENSALADA DE TOMATE YOGUR	CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA PALOMETA AL HORNO TOMATE NATURAL YOGUR	ENSALADA DE PASTA CON LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO TORTILLA DE PATATAS LECHUGA Y TOMATE YOGUR	FESTIVO
28				
FESTIVO				

¡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

Las **LEGUMBRES** son un **TESORO NUTRICIONAL**: contienen proteínas de calidad, aportan fibra a la dieta y son ricas en calcio, fósforo, potasio, iodo, hierro y magnesio.

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