

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

1

FIDEOS A LA CAZUELA CON VERDURAS
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y PIMENTÓN
LECHUGA Y PEPINO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

4

ENSALADA COMPLETA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y CEBOLLA)
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
CON ARROZ PILAF
FRUTA

5

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

6

CREMA DE ZANAHORIAS
PATATAS CON CHOCO
FRUTA

7

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
ZANAHORIA Y CALABACÍN
FRUTA

8

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
ARROZ CANTONÉS CON TORTILLA, ZANAHORIA Y GUI SANTES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

11

FESTIVO

12

FESTIVO

13

FESTIVO

14

FESTIVO

15

FESTIVO

18

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA
HUEVOS COCIDOS
SALSA DE TOMATE Y GUI SANTES
FRUTA

19

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

20

ENSALADA COMPLETA CON LECHUGA, HUEVO Y TOMATE
GARBANZOS CON VERDURAS
COUS COUS
FRUTA

21

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

22

TALLARINES CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, PIMIENTO ROJO Y CEBOLINO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

25

ENSALADA MIXTA
ARROZ CALDOSO CON CALAMARES
FRUTA

26

SOPA DE ARROZ (SIN CARNE)
HUEVOS A LA CAZUELA CON CALABACÍN
FRUTA

27

CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA
FILETE DE ABADEJO EN SALSA
MAÍZ Y OLIVAS
FRUTA

28

ALUBIAS BLANCAS GUI SADAS CON CALABAZA Y PATATA
TORTILLA FRANCESA
TOMATE ALIÑADO Y PIMIENTO VERDE
FRUTA

29

FIDEOS A LA CAZUELA CON VERDURAS
MERLUZA AL HORNO CON ACEITE Y PIMENTÓN
LECHUGA Y PEPINO
POSTRE VEGETAL DE SOJA



SCOLAREST

Alimentación
saludable y
sostenible

COMPASS
Scolarest

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

SI HEMOS COMIDO:

CEREALES, FÉCULAS
O LEGUMBRES

VERDURAS

CARNE

PESCADO

HUEVO

FRUTA

LÁCTEOS

PODEMOS CENAR:

HORTALIZAS CRUDAS
O LEGUMBRES COCIDAS

CEREALES O FÉCULAS

PESCADO O HUEVO

CARNE MAGRA O HUEVO

PESCADO O CARNE MAGRA

LÁCTEOS O FRUTA

FRUTA

DESDE EL INICIO DEL CURSO ESCOLAR 2021-2022 COCINAMOS TODOS NUESTROS MENÚS EXCLUSIVAMENTE CON ACEITES DE OLIVA, REFORZANDO NUESTRO COMPROMISO DE FAVORECER EL BIENESTAR DE TU FAMILIA A TRAVÉS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE.

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.

COMPASS
Scolarest