

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FESTIVO

**Aquí SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA**

aprendeacomersal 10 rg

**STOP FOOD WASTE Program**

**Skoolarest**

**¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!**

**FISH REVOLUTION**

**SABRANDO LOS MARES**

**FOOD BANKS**

				1		2	3
					CREMA DE CALABAZA		ARROZ ABANDA
					ALBONDIGAS JARDINERA		POLLO ASADO EN SU JUGO ENSALADA (lechuga, aceitunas negras y maíz) BAJA EN SAL
					FRUTA		FRUTA
6	7		8	9			
CREMA DE PUERROS	CALDO DE POLLO CON SEMOLA DE ARROZ	ARROZ CON VERDURAS	PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON VERDURAS SALTEADAS	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA			
HUEVOS COCIDOS CON ESPARRAGOS PLANCHA Y PATATAS	POLLO CON SALSAS DE CHAMPIÑONES, JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (lechuga, tomate y maíz)	SALCHICHAS DE CERDO ENCEBOLLADAS CON PISTO	MERLUZA EN SALSAS VERDE CON PATATA PANADERA			
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA			
13	14	15	16	17			
PASTA CON SALSAS DE TOMATE Y OREGANO (SIN GLUTEN SIN HUEVO)	SOPA DE VERDURAS	ARROZ BRUT	CREMA DE PUERROS	POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS			
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga y tomate)	ABADEJO CON SALSAS DE TOMATE Y PATATAS ASADAS CON PICADA	ROTI DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALADA (lechuga, col lombarda y zanahoria)	HAMBURGUESA MIXTA CON PURE DE PATATA CON ALBAHACA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (Lechuga, Aceitunas y Maíz)			
YOGUR DE LIMON	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA			
20	21	22	23	24			
CREMA DE CALABAZA	POTAJE DE ALUBIAS PINTAS	ENSALADA DE PASTA (no glutenno huevo)	CREMA DE CALABACIN	SEMOLA DE ARROZ			
BROCHETA DE POLLO CON ENSALADA (lechuga y tomate)	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, mezclum y aceitunas)	ABADEJO PLACHA CON PICADA Y ENSALADA DE TOMATE	POLLO ASADO CON ROMERO Y ARROZ INTEGRAL	HAMBURGUESA DE PAVO CON PATATAS FRITAS			
FRUTA	FRUTA	YOGUR DE FRESA	FRUTA	FRUTA			
27	28	29	30	31			
CREMA DE PUERROS	PASTA CON SALSAS DE TOMATE Y OREGANO (NO GLUTEN NO HUEVO)	CREMA DE VERDURAS (puerros, calabacin, zanahoria y coliflor)	ARROZ CALDOSO	CREMA DE CALABACIN			
TORTILLA DE PATATA CON CALABACIN Y ENSALADA (lechuga y tomate)	ABADEJO CON SALSAS LIMON CON VERDURITAS	ALITAS DE POLLO AL HORNO CON PICADA Y PATATAS FRITAS BAJA EN SAL	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, zanahoria y maíz)	FIEDUA DE PESCADO (no glutenno huevo)			
FRUTA	YOGUR DE COCO	FRUTA	FRUTA	FRUTA			

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