

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

12

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

14

CREMA DE COLIFLOR
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
PATATAS DADO
FRUTA

15

HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA
REVUELTO DE TOMATE Y HUEVO
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

18

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN, HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)
POLLO AL LIMÓN
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA

20

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE ABADAJE A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
FRUTA

22

ENSALADA DE GARBANZOS
ESTOFADO DE CERDO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

25

ENSALADA DE PASTA
ESCALDUMS DE PILOTES
FRUTA

26

SOPA DE COCIDO
BULLIT
FRUTA

27

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ THAI
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
FRUTA

28

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

29

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
POSTRE VEGETAL DE SOJA

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Por Cuentas skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11 780 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 38 G.: 6

LENTEJAS ESTOFADAS
LLENTIES ESTOFADES
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
CROQUETES DE POLLASTRE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA, OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUTA
FRUITA

12 680 Kcal. P.: 18 HC.: 46 L.: 34 G.: 9

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
AMANIDA DE PASTA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
LECHUGA Y PEPINO
ENCIAM I COGOMBRE
HELADO
GELAT

13 678 Kcal. P.: 14 HC.: 49 L.: 36 G.: 10

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
FILET DE MAZA DE PORC AL FORN
LECHUGA Y REMOLACHA
ENCIAM I REMOLATXA
FRUTA
FRUITA

14 514 Kcal. P.: 14 HC.: 50 L.: 33 G.: 11

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR I PATATA)
CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUTA
FRUITA

15 589 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 39 G.: 8

HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA
BULLIT DE PATATA I MONGETA
REVUELTO DE TOMATE Y HUEVO
REMNAT DE TOMÀQUET I OU
ARROZ INTEGRAL
ARRÒS INTEGRAL
FRUTA
FRUITA

18 635 Kcal. P.: 20 HC.: 27 L.: 50 G.: 11

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN, HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA, PÈSOLS, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU, OLIVES I MAIONESA)
POLLO AL LIMÓN
POLLASTRE AMB LLIMONA
TOMATE Y ZANAHORIA
TOMÀQUET I PASTANAGA
FRUTA
FRUITA

19 509 Kcal. P.: 15 HC.: 36 L.: 47 G.: 14

CREMA DE CALABACÍN
CREMA DE CARBASSÓ
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN AMB BRESA DE CEBRA I PEBROT
FRUTA
FRUITA

20 741 Kcal. P.: 9 HC.: 47 L.: 41 G.: 7

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA AMB VERDURES
TORTILLA DE PATATAS
TRUITA DE PATATES
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUTA
FRUITA

21 718 Kcal. P.: 18 HC.: 51 L.: 29 G.: 4

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
MACARRONS (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE ABADÉJO A LA ANDALUZA
FILET D'ABADÉJO A L'ANDALUSA
ENSALADA VERDE
AMANIDA VERDA
FRUTA
FRUITA

22 724 Kcal. P.: 23 HC.: 36 L.: 37 G.: 11

ENSALADA DE GARBANZOS
AMANIDA DE CIGRONS
ESTOFADO DE CERDO
ESTOFAT DE PORC
HELADO
GELAT

25 839 Kcal. P.: 14 HC.: 42 L.: 42 G.: 12

ENSALADA DE PASTA
AMANIDA DE PASTA
ESCALDUMS DE PILOTES
GUISAT DE PILOTES
FRUTA
FRUITA

26 520 Kcal. P.: 18 HC.: 56 L.: 22 G.: 6

SOPA DE COCIDO
ESCUDELLA
BULLIT
BULLIT
FRUTA
FRUITA

27 632 Kcal. P.: 14 HC.: 55 L.: 29 G.: 5

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ THAI
ARRÒS THAI
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
FILET DE LLUÇ AMB TAPENADE VERD I RATATOUILLE
FRUTA
FRUITA

28 725 Kcal. P.: 15 HC.: 34 L.: 45 G.: 8

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TORTILLA DE PATATAS
TRUITA DE PATATES
TOMATE Y OLIVAS
TOMÀQUET I OLIVES
FRUTA
FRUITA

29 590 Kcal. P.: 10 HC.: 43 L.: 44 G.: 9

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO
SAN JACOBO DE GALL DINDI I FORMATGE AL FORN
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO
YOGUR
I OGURT

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

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.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

PATATAS CON PIMIENTOS
TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
YOGUR NATURAL

12

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
YOGUR NATURAL

13

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
LECHUGA
YOGUR NATURAL

14

CREMA DE COLIFLOR
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
PATATAS DADO
YOGUR NATURAL

15

PATATAS HERVIDAS CON HIERBAS
PROVENZALES
HUEVOS REVUELTOS
ARROZ INTEGRAL
YOGUR NATURAL

18

PATATAS EN SALSA VERDE
POLLO ASADO
LECHUGA
YOGUR NATURAL

19

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
YOGUR NATURAL

20

ARROZ CON VERDURAS (SIN TOMATE)
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA
YOGUR NATURAL

21

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
FILETE DE ABADAJE A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
YOGUR NATURAL

22

PATATAS ALIÑADAS
FILETE DE CERDO A LA PLANCHA
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR NATURAL

25

PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA
FILETE DE POLLO AL AJILLO
ENSALADA VERDE
YOGUR NATURAL

26

CALDO DE VERDURA
COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO
(SIN GARBANZOS)
YOGUR NATURAL

27

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ CON VERDURAS (SIN TOMATE)
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
CALABACÍN
YOGUR NATURAL

28

ALCACHOFAS SALTEADAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA VERDE
YOGUR NATURAL

29

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA
YOGUR NATURAL

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

Por Cumbios **skoolarest**

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES 

Grow **FOOD
BANKS**

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

11

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

12

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
HELADO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

14

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
PATATAS DADO
FRUTA

15

HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

18

ENSALADILLA RUSA NATURAL ALIÑADA (PATATA, ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS)
POLLO AL LIMÓN
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA

20

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
POLLO EN SALSA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
FRUTA

22

ENSALADA DE GARBANZOS
ESTOFADO DE CERDO
HELADO

25

ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
ESCALDUMS DE PILOTES
FRUTA

26

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
BULLIT
FRUTA

27

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ THAI
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
FRUTA

28

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

29

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
YOGUR

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS ESTOFADAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

12

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
HUEVOS REVUELTOS
LECHUGA Y PEPINO
HELADO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

14

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
PATATAS DADO
FRUTA

15

HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA
REVUELTO DE TOMATE Y HUEVO
ARROZ INTEGRAL
FRUTA

18

ENSALADILLA RUSA NATURAL ALIÑADA (PATATA, ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS)
POLLO AL LIMÓN
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
FRUTA

20

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE POLLO A LA ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ENSALADA VERDE
FRUTA

22

GARBANZOS A LA VINAGRETA
ESTOFADO DE CERDO
HELADO

25

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
ESCALDUMS DE PILOTES
FRUTA

26

SOPA DE COCIDO
BULLIT
FRUTA

27

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ THAI
POLLO ASADO
RATATOUILLE
FRUTA

28

POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
TORTILLA DE PATATAS
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

29

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
YOGUR

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Por Cumbios skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso.

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