

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Betzabeth Briceño
N° Colegiada: CV01693

Betzabeth BBP

AQUI 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

COMPASS GROUP | Scolarest

3

4

5

6

7

SOPA DE AVE CON CALDO NATURAL

CREMA DE PUERROS

ARROZ BRUT

MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y OREGANO - BAJO EN SAL

CREMA DE GARBANZOS CON VERDURAS

POLLO AL HORNO CON SALSA AL CURRY CON ARROZ

ABADEJO CON SALSA DE TOMATE Y PATATAS ASADAS

ROTI DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALADA (lechuga, col lombarda y zanahoria)

HAMBURGUESA MIXTA CON VERDURAS (coliflor, champiñones y zanahoria)

TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (Lechuga, Aceitunas y Maiz)

FRUTA

FRUTA

YOGUR NATURAL CON AZUCAR

FRUTA

FRUTA

10

11

12

13

14

CREMA DE BROCOLI Y ZANAHORIA

CREMA DE ALUBIAS PINTAS

CREMA DE CALABACIN

GARBANZOS ALIÑADOS

CREMA DE ZANAHORIA

MERLUZA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA Y CHAMPIÑONES

TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, mezclum y aceitunas)

FIDEUA DE PESCADO

POLLO AL ROMERO CON ENSALADA (lechuga, soja germinada y zanahoria)

TORTILLA FRANCESA CON JUDIAS VERDES SALTEADAS

FRUTA

YOGUR NATURAL CON AZUCAR

FRUTA

FRUTA

FRUTA

17

18

19

20

21

CREMA DE LENTEJAS

SOPA DE AVE CON CALDO NATURAL

CREMA DE VERDURAS (puerros, calabacin, zanahoria y coliflor)

PASTA CARACOLA CON SALSA BOLOÑESA

CREMA DE CALABACIN

TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA (lechuga y tomate)

ABADEJO CON SALSA LIMON CON VERDURITAS

HAMBURGUESA MIXTA CON ENSALADA (lechuga, esparragos y tomate)

ESCALOPE DE AVE CON PATATA ASADA

FIDEUA DE PESCADO

FRUTA

YOGUR NATURAL CON AZUCAR

FRUTA

YOGUR NATURAL

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