

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1  
FESTA DELLA COMUNITÀ  
DI MADRID

2  
FESTIVO

3  
ESPIRALES CON TOMATE  
POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO  
ZANAHORIA EN RODAJAS  
FRUTA

4  
JORNADA LOMBARDIA  
ARROZ A LA MILANESE  
ESTOFADO DE TERNERA CON GUISANTES Y  
ZANAHORIAS  
YOGUR

5  
LENTEJAS CON VERDURAS  
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

8  
JORNADA ESPAÑA  
ESPIRALES CON CHORIZO  
ESTOFADO DE PAVO AL LIMÓN  
VERDURAS  
FRUTA

9  
CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA  
PIZZA  
FRUTA

10  
PASTA " ALLA NORMA"  
SALMÓN AL HORNO  
PATATA ASADA  
HELADO

11  
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA  
FRUTA

12  
SOPA DE ESTRELLAS  
SALMÓN A LA NARANJA  
GUISANTES  
FRUTA

15  
FESTIVO

16  
LENTEJAS ESTOFADAS  
POLLO ASADO  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

17  
LAZOS A LA PARMESANA  
SALMÓN EN SALSA  
PURÉ DE PATATAS  
YOGUR

18  
JORNADA GASTRONÓMICA EMILIA  
ROMAGNA  
CREMA DE VERDURAS  
LASAÑA DE CARNE Y BECHAMEL CASERA  
FRUTA

19  
ESPIRALES CON TOMATE  
SALMÓN A LA NARANJA  
TOMATE Y OLIVAS  
FRUTA

22  
ENSALADA DE COUS COUS Y ALBAHACA  
SALCHICHAS DE POLLO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

23  
ARROZ CON TOMATE  
SALMON AL HORNO CON HIERBAS Y LIMON  
JUDÍAS VERDES  
YOGUR

24  
MENESTRA DE LEGUMBRES  
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA  
TOMATE NATURAL  
FRUTA

25  
JORNADA GASTRONÓMICA LIGURIA  
MACARRONES AL PESTO  
SALMÓN AL HORNO  
PATATA ASADA  
FRUTA

26  
MACARRONES GRATINADOS  
COSTILLAS CON SALSA BARBACOA  
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ  
FRUTA

29  
ESPIRALES CON TOMATE  
SALMÓN EN SALSA  
GUISANTES  
FRUTA

30  
PASTA Y LENTEJAS  
POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

31  
RISOTTO A LA PARMIGIANA  
CARRILLADA EN SALSA  
VERDURAS  
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

**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