

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

FESTIVO

4

NO LECTIVO

5

FIDEUA CON VERDURITAS  
TERNERA EN SALSA  
FRUTA

6

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA Y TOMATE  
YOGUR DESNATADO

7

**RECETA FISH REVOLUTION**  
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
FRUTA

10

LENTEJAS CON VERDURAS  
TORTILLA FRANCESA  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

11

MACARRONES AL AJILLO  
FILETE DE MERLUZA CON AJITOS Y CEBOLLA EN  
SALSA DE TOMATE  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

12

JUDÍAS VERDES REHOGADAS  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATA ASADA  
FRUTA

13

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
YOGUR DESNATADO

14

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON  
ROMERO FRESCO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

17

ESPAGUETIS CON TOMATE  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

18

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON  
ZANAHORIA  
HUEVOS REVUELTOS CON ATUN  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

19

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
WOK DE POLLO CON VERDURAS Y SALSA DE  
SOJA  
FRUTA

20

ARROZ CON VERDURAS  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
YOGUR DESNATADO

21

**JORNADA GASTRONÓMICA  
ALEMANA**  
ENSALADA DE PATATAS, TOMATE, PIMIENTO,  
PEPINO Y ACEITUNAS  
LOMO A LA PLANCHA  
FRUTA

24

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
PATATA COCIDA  
FRUTA

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
LENTEJAS DE MAR  
SALMÓN EN SALSA  
FRUTA

26

ARROZ CANTONÉS CON TORTILLA,  
ZANAHORIA Y GUISANTES  
FILETE DE POLLO AL AJILLO  
LECHUGA  
FRUTA

27

CREMA DE VERDURAS  
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA  
PATATA ASADA  
YOGUR DESNATADO

28

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR (TOMATE,  
MAÍZ Y ATÚN)  
TORTILLA DE CALABACÍN  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

31

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
TERNERA EN SALSA  
FRUTA

NOTAS:





¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

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.

