

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

17

18

13

14

15

24

25

20

21

22

31

1

27

28

29

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

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE
CÚRCUMA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE COLIFLOR
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS
DADO
FRUTA

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

LENTEJAS CON CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA
DE CEBOLLA Y PIMIENTO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE ABADAJE A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE
CERDO
FRUTA

FIDEUA CON VERDURITAS
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y
GUISANTES
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y
MAÍZ
FRUTA

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

De Cuentas
skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

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

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE
CÚRCUMA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA

ALCELGAS CON PATATAS
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO
FRUTA

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

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y
PATATA)
CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO
FRUTA

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

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

ALCACHOFAS SALTEADAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

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

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE
CERDO
FRUTA

FIDEUA CON VERDURITAS
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y
GUISANTES
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

JORNADA FISH REVOLUTION
ESPINACAS CON PATATAS
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y
RATATOUILLE
FRUTA

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

CREMA DE CALABACÍN
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y
MAÍZ
FRUTA

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

De Cuñados
skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES 

Grow **FOOD
BANKS**

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



6

LENTEJAS ESTOFADAS
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

7

ARROZ BLANCO CON SOFRITO DE AJO Y
TOMATE NATURAL
HUEVOS REVUELTOS
LECHUGA Y CEBOLLA
LÁCTEO

8

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO ASADO
FRUTA



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

12

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE
CÚRCUMA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO

13

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

14

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

15

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y
PATATA)
CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO
FRUTA



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

19

LENTEJAS CON CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA
DE CEBOLLA Y PIMIENTO
LÁCTEO

20

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21

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

22

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA,
PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE
CERDO
FRUTA



FIDEUA CON VERDURITAS
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y
GUISANTES
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
LÁCTEO

27

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

28

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

29

CREMA DE CALABACÍN
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y
MAÍZ
FRUTA

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Por Cuantos
skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

6
CREMA DE VERDURAS
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

7
ARROZ BLANCO CON SOFRITO DE AJO Y TOMATE NATURAL
HUEVOS REVUELTOS
LECHUGA Y CEBOLLA
LÁCTEO

8
JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON MANZANA
FRUTA

11
ENSALADA DE PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON MAÍZ Y TOMATE
GALLO SAN PEDRO AL HORNO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

12
ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO

13
ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO (TOMATE, PIMIENTO, CALABACÍN Y CEBOLLA)
FRUTA

14
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
HELADO

15
CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO
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
LÁCTEO

20
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21
PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADEJO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
LÁCTEO

22
VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE CERDO
FRUTA

25
FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
FRUTA

26
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
LÁCTEO

27
JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ THAI
FILETE DE MERLUZA CON TAPENADE VERDE Y RATATOUILLE
FRUTA

28
SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
HELADO

29
CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
FRUTA

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

6

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

7

ARROZ BLANCO CON SOFRITO DE AJO Y TOMATE NATURAL
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y CEBOLLA
LÁCTEO

8

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON MANZANA
FRUTA

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

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO (TOMATE, PIMIENTO, CALABACÍN Y CEBOLLA)
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
HELADO

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO
FRUTA

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

LENTEJAS CON CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
LÁCTEO

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

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

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE CERDO
FRUTA

FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
TOMATE Y OLIVAS
LÁCTEO

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

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
HELADO

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
FRUTA

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Por Cuantos skoolarest

¡CONVIÉRTETE EN SU GUARDIÁN!

FISH REVOLUTION

SABOREANDO LOS MARES

Grow FOOD BANKS

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

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

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
HELADO

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO
FRUTA

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

LENTEJAS CON CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
LÁCTEO

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
LOMO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

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

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE CERDO
FRUTA

FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
TOMATE Y OLIVAS
LÁCTEO

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

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
HELADO

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
FRUTA

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

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

PATATAS GUIADAS SIN TOMATE
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE MAZA DE CERDO AL HORNO
PISTO
FRUTA

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
JAMONCITOS DE POLLO EN SALS
HELADO

CREMA DE VERDURAS
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS
DADO
FRUTA

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

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
LÁCTEO

ARROZ CON VERDURAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALS
DE TOMATE CASERA
FILETE DE ABADAJE A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
LÁCTEO

PATATAS HERVIDAS CON HIERBAS
PROVENZALES
SECRETO DE CERDO AL HORNO
FRUTA

FIDEUA DE SETAS SIN GLUTEN NI HUEVO
MAGRO EN SALS DE TOMATE
ENSALADA VERDE
FRUTA

CALABACÍN A LA PROVENZAL
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
LÁCTEO

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

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
JAMONCITOS DE POLLO EN SALS
HELADO

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y
MAÍZ
FRUTA

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

10

11

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

6

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

7

ARROZ BLANCO CON SOFRITO DE AJO Y TOMATE NATURAL
HUEVOS REVUELTOS
LECHUGA Y CEBOLLA
LÁCTEO

8

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON MANZANA
FRUTA

11

ENSALADA DE PASTA, MAÍZ Y TOMATE
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

12

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO

13

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

14

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

15

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO
FRUTA

18

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

19

LENTEJAS CON CALABACÍN
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
LÁCTEO

20

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

21

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
LÁCTEO

22

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE CERDO
FRUTA

25

FIDEUA CON VERDURITAS
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUI SANTES
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
LÁCTEO

27

ARROZ THAI
FILETE DE CERDO EN SALSA
FRUTA

28

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

29

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
FRUTA

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

7

8

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

ARROZ BLANCO CON SOFRITO DE AJO Y TOMATE NATURAL
HUEVOS REVUELTOS
LECHUGA Y CEBOLLA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
POLLO ASADO A LA PROVENZAL CON MANZANA
FRUTA

11

12

13

14

15

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

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y REMOLACHA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE COLIFLOR
MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y PATATAS DADO
FRUTA

18

19

20

21

22

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

LENTEJAS CON CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
HUEVOS FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

MACARRONES (INTEGRAL) NAPOLITANA
FILETE DE ABADAJO A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
ESTOFADO DE GARBANZOS CON SECRETO DE CERDO
FRUTA

25

26

27

28

29

FIDEUA CON VERDURITAS
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA VERDE
FRUTA

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA FRANCESA AL ORÉGANO
TOMATE Y OLIVAS
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO, PATATAS, ZANAHORIAS Y JUDÍAS VERDES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
FRUTA

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