

MENU ESCOLAR

Enero - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

FESTIVO



6

NOLECTIVO

7

NOLECTIVO

8

FESTIVO

9

NOLECTIVO

10

CALDO GALLEGO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA
Y ATÚN
FRUTA

11

774 Kcal. P.: 8 HC.: 47 L.: 42 G.: 7

MACARRONES BOLOÑESA
EMPANADO DE AVE Y QUESO
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

12

888 Kcal. P.: 14 HC.: 34 L.: 48 G.: 9

LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO
RABAS DE CALAMAR CON
ENSALADA VERDE, Y MAIZ
FRUTA

13

656 Kcal. P.: 25 HC.: 29 L.: 43 G.: 12

JUDÍAS VERDES SALTEADAS
POLLO ASADO CON
LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA,
ACEITUNAS VERDES
FRUTA

14

645 Kcal. P.: 22 HC.: 49 L.: 27 G.: 6

SOPA DE AVE CON ARROZ
MERLUZA A LA GALLEGA
YOGUR

15

661 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 39 G.: 8

CREMA DE VERDURAS
LOMO DE CERDO CON
PATATAS FRITAS Y PIMIENTOS
FRUTA

16

560 Kcal. P.: 13 HC.: 50 L.: 33 G.: 8

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
CHORIZO, COSTILLA, PATATA Y REPOLLO
YOGUR

17

595 Kcal. P.: 20 HC.: 40 L.: 33 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS
NUGUETS DE POLLO
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

18

604 Kcal. P.: 15 HC.: 51 L.: 32 G.: 6

ARROZ TRES DELICIAS
PALOMETA A LA ANDALUZA
ENSALADA VERDE
FRUTA

19

744 Kcal. P.: 18 HC.: 54 L.: 24 G.: 7

ESPAGUETIS CON TOMATE NATURAL
TORTILLA DE JAMÓN YORK
ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS
FRUTA

20

636 Kcal. P.: 24 HC.: 30 L.: 43 G.: 10

BRÓCOLI CON PATATAS
RAGOUT DE TERNERA
CON MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

21

857 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 37 G.: 11

CREMA DE CALABAZA
ALBÓNDIGAS CON TOMATE
FRITO Y ARROZ
FRUTA

22

771 Kcal. P.: 16 HC.: 50 L.: 32 G.: 5

VERDURA TRICOLOR
MERLUZA A LA ROMANA
ENSALADA MIXTA
FRUTA

23

651 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 36 G.: 6

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN
TOMATE NATURAL
FRUTA

24

675 Kcal. P.: 8 HC.: 46 L.: 43 G.: 6

LACITOS CON TOMATE Y QUESO
CROQUETAS DE JAMÓN
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

25

715 Kcal. P.: 25 HC.: 33 L.: 41 G.: 13

"DÍA DE LA PAZ"
SOPA MARAVILLA CON PICADILLO
PECHUGA DE POLLO
CON PATATAS FRITAS
NATILLAS DE CHOCOLATE



¡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:

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

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.



BUREAU VERITAS

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.

Scolarest