

C. SAN JOSE Y SAN ANDRES

Octubre - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

801 Kcal. P.: 29 HC.: 27 L.: 42 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS
SOPA DE PESCADO CON ESTRELLITAS
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN
FRUTA



4 581 Kcal. P.: 23 HC.: 45 L.: 26 G.: 5

ENSALADA VERDE CON ESPÁRRAGOS
LENTEJAS GUISADAS CON VERDURA Y PATATA
TORTILLA FRANCESA CON PAVO
FRUTA

5 818 Kcal. P.: 25 HC.: 33 L.: 39 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA VERDE
CREMA DE VERDURAS VARIADAS
POLLO AL CHILINDRÓN
FRUTA

6 798 Kcal. P.: 10 HC.: 54 L.: 34 G.: 8

LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
ARROZ 3 DELICIAS
ROLLITOS DE PRIMAVERA
FRUTA

7 616 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 32 G.: 13

ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON PELOTA
LÁCTEO

8 699 Kcal. P.: 21 HC.: 52 L.: 24 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
PASTA BOLOÑESA
MEDALLÓN DE BACALAO EN SALSA DE GUISANTES
FRUTA

11

FESTIVO

12

FESTIVO

13 590 Kcal. P.: 11 HC.: 63 L.: 23 G.: 2

LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
CREMA DE CALABAZA
TORTELLINI RELLENO DE CARNE
FRUTA

14 733 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 34 G.: 8

LECHUGA, JUDÍA BROTES Y TOMATE
GARBANZOS CON ACELGAS
TORTILLA DE PATATA
LÁCTEO

15 750 Kcal. P.: 13 HC.: 45 L.: 38 G.: 11

ENSALADA VERDE CON ESPÁRRAGOS
FIDEOS A LA CAZUELA
LONGANIZAS CON TOMATE
FRUTA

JOANNA GISBERT
nºColegiada: CAT001068

Joanna

18 720 Kcal. P.: 19 HC.: 49 L.: 30 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA VERDE
TALLARINES CON VERDURAS Y SOJA
MEDALLÓN DE SALMÓN EN SALSA VERDE
FRUTA

19 543 Kcal. P.: 16 HC.: 51 L.: 30 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y LOMBARDA
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON PELOTA
FRUTA

20 718 Kcal. P.: 16 HC.: 53 L.: 29 G.: 10

ENSALADA DE MAIZ Y TOMATE
PAELLA VALENCIANA
FIAMBRE VARIADO
FRUTA

21 884 Kcal. P.: 26 HC.: 33 L.: 39 G.: 12

LECHUGA, TOMATE Y APIO
PURÉ DE JUDÍAS VERDES Y COLIFLOR
POLLO A LA CAZADORA
LÁCTEO

22 628 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 28 G.: 6

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
ALUBIAS BLANCAS GUISADAS
TORTILLA DE CALABACÍN
FRUTA

25 637 Kcal. P.: 26 HC.: 35 L.: 37 G.: 11

ENSALADA VERDE CON ESPÁRRAGOS
SOPA DE AVE CON PASTA
CONTRAMUSLO EN SALSA DE QUESO
FRUTA

26 894 Kcal. P.: 12 HC.: 59 L.: 27 G.: 4

LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
ARROZ A LA CUBANA
BOCADITOS DE BACALAO (CON KETCHUP OPCIONAL)
FRUTA

27 679 Kcal. P.: 14 HC.: 44 L.: 39 G.: 11

ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA
PURÉ CON VERDURAS DE TEMPORADA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

28 753 Kcal. P.: 24 HC.: 51 L.: 23 G.: 6

LECHUGA, JUDÍA BROTES Y TOMATE
LACITOS TRICOLOR
ABADEJO EN SALSA VERDE
LÁCTEO

29 659 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 30 G.: 6

ENSALADA DE MAIZ Y TOMATE
LENTEJAS CON CALABAZA Y ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA
FRUTA



NOTAS: La valoración nutricional media mensual es: 715 Kcal. P.: 19 HC.: 46 L.: 32 G.: 8 **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA.

Scolarest

¡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

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.

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

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