

C. SAGRADO CORAZÓN (GRANADA) - Dieta: SIN LEGUMBR., F. SECOS, PESCAD., MARISC., HUEVO CRU., TOMATE NAT NI

F. ROSACEA

Marzo - 2023

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

CREMA DE CALABACÍN
PINCHITOS DE PAVO
FRUTA

3

PATATAS VIUDAS
MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO
LECHUGA Y PEPINO
FRUTA

6

MACARRONES A LA ITALIANA
POLLO ASADO A LA PROVENZAL
FRUTA

7

PATATAS EN SALSA VERDE
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS
CON MAIZENA
LECHUGA
FRUTA

8

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL
FILETE DE POLLO AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR

9

RECETA FISH REVOLUTION
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA
FRUTA

10

CREMA DE VERDURAS (ACELGAS, BRÓCOLI,
CEBOLLA Y PATATA)
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
FRUTA

13

PATATAS GUIADAS CON MAGRO Y
ZANAHORIA
POLLO EN SALSA
FRUTA

14

CREMA DE CALABACÍN
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO
FRUTA

15

ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
FRUTA

16

MASA!
PATATAS ALIÑADAS
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
LECHUGA Y CEBOLLA
YOGUR

17

ESPAGUETIS A LA CREMA
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ENSALADA VERDE
FRUTA

21

SOPA MARAVILLA
FILETE DE CERDO EN SALSA
PATATAS FRITAS
FRUTA

22

FIDEUA DE SETAS
POLLO EN SALSA
FRUTA

23

CREMA DE BRÓCOLI
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
LECHUGA
YOGUR

24

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ CON VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN
FRUTA

27

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL
LOMO EMPANADO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

CREMA DE CALABAZA
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
FRUTA

29

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA
YOGUR

30

SOPA DE PASTA CON CALDO VEGETAL
COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO
(SIN GARBANZOS)
FRUTA

31

TALLARINES AL AGLIAJO
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CALABACÍN AL HORNO
FRUTA

**AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA**

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

Skoolarest
Be Cumbios

**¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!**

**FISH
REVOLUTION**

**SABOREANDO
LOS
MARES**

**Grow
FOOD
BANKS**

NOTAS: No utilizar ingredientes que contengan el alérgeno no tolerado (leer el etiquetado) y evitar la contaminación cruzada con éste durante el proceso de elaboración y servicio. HUEVO BIEN HECHO.

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