

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

27

CREMA DE PUERROS
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
HELADO

28

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN ,
HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)
RABAS DE CALAMAR
TOMATE NATURAL
FRUTA

29

MACARRONES CON TOMATE
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ENSALADA VERDE
FRUTA

30

PICNIC

1

ENSALADA DE ARROZ
TORTILLA DE JAMON YORK
LECHUGA Y OLIVAS
YOGUR

4

CREMA DE CALABACÍN
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
YOGUR

5

ENSALADA DE PASTA
MEDALLÓN DE BACALAO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

6

LENTEJAS CON ARROZ
FILETE DE POLLO EMPANADO
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

7

PICNIC

8

ARROZ CON TOMATE
TORTILLA DE QUESO
LECHUGA Y MAÍZ
HELADO

11

ENSALADA COMPLETA
ARROZ MAR Y MONTAÑA
YOGUR

12

MACARRONES CON TOMATE Y QUESO
RALLADO
TORTILLA DE JAMÓN YORK
FRUTA

13

ENSALADILLA OLIVIER (ENSALADILLA, ATÚN ,
HUEVO, ACEITUNAS Y MAYONESA)
FILETE DE MERLUZA REBOZADA
LECHUGA Y TOMATE
FRUTA

14

PICNIC

15

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI,
ZANAHORIA, PATATA)
SALCHICHAS AL HORNO
TOMATE NATURAL
HELADO

18

CREMA DE VERDURAS
PIZZA
FRUTA

19

ARROZ CON TOMATE
SUPREMA DE MERLUZA A LA PLANCHA
CON ENSALADA
HELADO

20

ENSALADA DE PASTA
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA MIXTA
FRUTA

21

PICNIC

22

EMPEDRADO DE GARBANZOS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA VERDE
YOGUR

25

ENSALADA DE ARROZ
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ENSALADA VERDE
FRUTA

26

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR

27

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA

28

PICNIC

29

MACARRONES A LA ITALIANA
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
LECHUGA Y OLIVAS
HELADO

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

NOTAS: