COLEGIO CAMBRILS - Dieta: NO FRUTOS SECOS,MOSTAZA, SESAMO, GLUTEN NI LACTOSA

Febrero - 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO FRUTA	**2** *RECETA FISH REVOLUTION* ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES CABALLA AL HORNO QUINOA (ECOLÓGICO) FRUTA	**3** BRÓCOLI CON PATATAS TORTILLA DE PATATAS LECHUGA Y JUDIA BROTE FRUTA
6 LENTEJAS (ECOLÓGICO) GUISADAS CON ZANAHORIA TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA	**7** ARROZ CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA MERY ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ FRUTA	**8** SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN POLLO AL AJILLO VERDURAS FRUTA	**9** *JORNADA CHEROKEE* ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO FRUTA	**10** JUDÍAS VERDES CON PATATAS Y ZANAHORIA HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO TOMATE Y OLIVAS FRUTA
13 PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA GALLO SAN PEDRO EN ADOBO AL HORNO LECHUGA Y MAÍZ FRUTA	**14** ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ACELGAS TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA LECHUGA Y COL LOMBARDA FRUTA	**15** CREMA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO A LA JARDINERA CON PATATAS FRUTA	**16** SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO FRUTA	**17** *MENÚ ESPECIAL DE CARNAVAL* ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES FILETE DE PAVO A LA PLANCHA ENSALADA VERDE FRUTA
20 SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN POLLO ASADO CON TOMILLO LECHUGA Y CEBOLLA FRUTA	**21** CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERROS GARBANZOS GUISADOS CON MAGRO FRUTA	**22** *JORNADA FISH REVOLUTION* PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA FILETE DE MERLUZA AL HORNO CHAMPIÑONES FRUTA	**23** PAELLA DE VERDURAS TORTILLA DE ATÚN LECHUGA Y PEPINO FRUTA	**24** NO LECTIVO
27 NO LECTIVO	**28** SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA LECHUGA Y OLIVAS FRUTA			

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE Program

Be Curious Skoolarest

¡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

COMPASS GROUP | Scolarest

SCOLAREST

Alimentación saludable y sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

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

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:

COMPASS GROUP | Scolarest

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.