



MENÚ

MAYO 2022

SIN PESCADO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

Empedrado de lentejas con pimiento rojo,
pepino y zanahoria
Nugget de brócoli y queso
Lechuga y maíz
Pan blanco/integral y Fruta fresca

03

Crema de judía verde, calabacín y zanahoria
Tortilla de patata y cebolla
Lechuga y tomate
Pan blanco/integral y Fruta fresca

04

Ensalada variada con quinoa y cebolla
crujiente
Pechuga de pollo al horno
Patatas chips
Pan blanco/integral y Fruta fresca

05

Paella de verduritas
Filete de ternera con salsa de tomate
Pan blanco/integral y Yogur natural

06

Tallarines napolitana
Hamburguesa a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan blanco/integral y Fruta fresca

09

Crema de alubias blancas
Contramuslo de pollo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan blanco/integral y Fruta fresca

10

Garbanzos con verduras
Tortilla de calabacín
Lechuga y aceitunas
Pan blanco/integral y Fruta fresca

11

Arroz con salsa de tomate
Magra a la plancha
Zanahoria y maíz
Pan blanco/integral y Yogur natural

12

Macarrones al pesto
Lentejas con calabaza
Pan blanco/integral y Fruta fresca

13

Judías verdes con patatas al vapor
Hamburguesa vegetal a la plancha
Tomate aliñado
Pan blanco/integral y Fruta fresca

16

Espirales gratinados
Cinta de lomo a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan blanco/integral y Fruta fresca

17

Lentejas con verduras
Tortilla francesa
Lechuga y zanahoria
Pan blanco/integral y Fruta fresca

18

Salmorejo casero
Pechuga de pavo al horno
Calabacín asado
Pan blanco/integral y Fruta fresca

19

Ensalada Waldorf (patata con lechuga,
mayonesa, manzana y nueces)
Alubias blancas salteadas con cebolla y
zanahoria
Pan blanco/integral y Fruta fresca

20

Crema de verduras de temporada
Arroz a la milanesa veggie
Pan blanco/integral y Yogur natural

23

Lentejas con verduritas
Tortilla de patata y cebolla
Lechuga y maíz
Pan blanco/integral y Fruta fresca

24

Ensalada de arroz y verduras
Pechuga de pollo al horno
Ruedas de tomate y aceitunas negras
Pan blanco/integral y Fruta fresca

25

Crema de calabacín con cebolla crujiente
Salteado de garbanzos con cous cous
Pan blanco/integral y Fruta fresca

26

Macarrones con tomate
Cinta de lomo a la plancha
Lechuga y aceitunas
Pan blanco/integral y Yogur natural

27

Judías verdes con patatas al vapor
Pechuga de pavo al horno
Lechuga y remolacha
Pan blanco/integral y Fruta fresca

30

Crema de alubias blancas
Arroz tres delicias
Pan blanco/integral y Fruta fresca

31

Vichyssoise con picatostes
Lazos boloñesa vegetal
Pan blanco/integral y Yogur natural



Revisat per Laia Torrelles, Diplomada en
Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125

VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES



En el comedor del colegio hemos instaurado un nuevo protocolo para cumplir con las nuevas normativas de seguridad y salud.

1 Hemos desarrollado un protocolo de actuación único que ha recibido la certificación AENOR y todo nuestro personal ha recibido formación específica.

2 Aplicamos todas las medidas para mantener el distanciamiento de seguridad y evitar el contacto.

3 Nuestros menús están elaborados por nutricionistas y cumplen rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información

RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
pasta/arroz + carne	verdura + pescado
pasta/arroz + pescado	verdura + huevo
pasta/arroz + huevo	verdura + carne
verdura + carne	pasta/arroz + pescado
verdura + pescado	pasta/arroz + huevo
verdura + huevo	pasta/arroz + carne
legumbres + carne	verdura + pescado
legumbres + pescado	verdura + huevo
legumbres + huevo	verdura + carne
fruta	lácteo
lácteo	fruta

