EDUCACIÓN PRIMARIA

NOVIEMBRE

CANDELA RAMB
DIETISTA – NUTRICIONISTA
COD. 02286

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				6 PASTA ESPIRAL INTEGRAL A LA CARBONARA MERLUZA CON SALSA MERY Y ENSALADA (lechuga, remolacha y zanahoria) FRUTA
2 CREMA DE COLIFLOR BULLIT TRADICIONAL CON HUEVO Y GARBANZOS FRUTA	**3** SOPA CASERA DE ARROZ POLLO A LA ITALIANA CON ENSALADA (lechuga, zanaharia y aceitunas) YOGUR	**4** LENTEJAS DE LA HUERTA SAN JACOBO CRUJIENTE CON ENSALADA (lechuga y tomate) FRUTA	**5** CREMA DE VERDURAS ESTOFADO DE AVE AL TOMILLO FRUTA	
9 CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ALBONDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA YOGUR	**10** SOPA DE AVE CON FIDEOS INTEGRALES POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA (lechuga y tomate) FRUTA	**11** ARROZ BRUT HAMBURGUESA DE QUINOA CON PATATAS FRITAS FRUTA	**12** CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, mezclum, aceitunas) FRUTA	**13** GUISO DE ALUBIAS PINTAS SALMON CON SALSA DE ENELDO Y ENSALADA (lechuga, col lombarda, maiz) FRUTA
16 SOPA DE ESTRELLITAS BULLIT (garbanzos, verduras, patata y pollo) FRUTA	**17** GUISO DE PATATAS ALBONDIGAS DE MERLUZA CON ENSALADA (lechuga, maiz y zanahoria) FRUTA	**18** CALDO DE PESCADO CON ARROZ INTEGRAL LOMO DE CERDO AL HORNO CON ENSALADA (lechuga, pepino y tomate) FRUTA	**19** **DIJOUS BO**	**20** **FESTA LOCAL**
23 PASTA CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO MERLUZA AL HORNO CON SALSA SUAVE DE PIMIENTOS Y ENSALADA (lechuga, mezclum, pepino y zanahoria) FRUTA	**24** CREMA DE GUISANTES Y ZANAHORIA ESTOFADO DE CERDO YOGUR	**25** POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA (lechuga, esparragos, maiz) FRUTA	**26** ARROZ INTEGRAL AL POMODORO CON OREGANO POLLO AL HORNO CON BRESA Y ENSALADA (lechuga, cebolla y tomate) FRUTA	**27** CREMA MULTIVEGETALES GUISO DE GARBANZOS CON POTON FRUTA
30 POTAJE DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, maiz y zanahoria) YOGUR				

aprende a comer sano.org

FISH REVOLUTION

6METE EL MUNDO

MENU BY SKOOL CHEF

GUARDIANES DE LA SALUD

Skool arest Merafi

STOP FOOD WASTE Program

Grow FOOD BANKS

COMPASS GROUP | Scolarest

EDUCACIÓN INFANTIL

NOVIEMBRE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 CREMA DE COLIFLOR BULLIT TRADICIONAL CON HUEVO Y GARBANZOS FRUTA	**3** SOPA CASERA DE ARROZ POLLO A LA ITALIANA CON TABOULE YOGUR NATURAL	**4** CREMA DE LENTEJAS DE LA HUERTA HAMBURGUESA DE PAVO CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA	**5** CREMA DE VERDURAS ESTOFADO DE AVE AL TOMILLO FRUTA	CREMA ESCUDELLA FRESCA MERLUZA AL HORNO CON PICADA, CHAMPIÑONES Y ZANAHORIA FRUTA
9 CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ALBONDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA YOGUR NATURAL	**10** SOPA DE AVE CON FIDEOS INTEGRALES POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	**11** ARROZ BRUT MERLUZA AL HORNO CON PICADA CON PATATAS FRITAS FRUTA	**12** CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA	CREMA DE ALUBIAS PINTAS MERLUZA CON PICADA CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA
16 SOPA DE ESTRELLITAS BULLIT (garbanzos, verduras, patata y pollo) FRUTA	**17** SEMOLA DE ARROZ ALBONDIGAS DE MERLUZA CON BROCOLI FRUTA	**18** ARROZ CON VERDURAS LOMO DE CERDO AL HORNO CON CALABACIN FRUTA	**19** **DIJOUS BO**	**FESTA LOCAL**
23 PASTA CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO TORTILLA FRANCESA CON VERDURAS (BROCOLI Y ZANAHORIA) FRUTA	**24** CREMA DE GUISANTES Y ZANAHORIA ESTOFADO DE CERDO YOGUR NATURAL	**25** CREMA DE ALUBIAS PINTAS TORTILLA DE CALABACIN CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA	**26** ARROZ CON TOMATE POLLO AL HORNO CON BRESA CON CHAMPIÑONES Y CALABACIN FRUTA	CREMA MULTIVEGETALES LOMO SAJONIA EN SU JUGO FRUTA
30 CREMA DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA CON CALABACIN YOGUR NATURAL				

CANDELA RAMB
DIETISTA – NUTRICIONI
COD. 02286

nde
aconer
sano.org

FISH REVOLUTION

6METE EL MUNDO

Menú by SKOOL Smart

GUARDIANES DE LA SALUD

Skool arest Meraki

STOP FOOD WASTE Program

Grow FOOD BANKS

COMPASS GROUP | Scolarest

NO CARNE

NOVIEMBRE

CANDELA RAMB
DIETISTA – NUTRICIONISTA
COD. 02286

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 CREMA DE COLIFLOR BULLIT TRADICIONAL CON HUEVO Y GARBANZOS FRUTA	**3** ARROZ CON LEGUMBRETA HAMBURGUESA DE COUS COUS CON ENSALADA (lechuga y tomate) YOGUR	**4** ESCUDELLA FRESCA LENTEJAS DE LA HUERTA FRUTA	**5** CREMA DE VERDURAS ENSALADA DE ALUBIAS (pimiento rojo, pimiento verde y cebolla) FRUTA	**6** MACARRONES INTEGRALES GRATINADOS MERLUZA CON SALSA MERY Y ENSALADA (lechuga, remolacha y zanahoria) FRUTA
9 CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA MERLUZA AL HORNO CON PICADA CON BROCOLI YOGUR	**10** PASTA INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE GARBANZOS ALIÑADOS (patata y judias verdes) FRUTA	**11** ENSALADA DE LENTEJAS CON ARROZ (maiz, pimiento verde, zanahoria, cebolla) HAMBURGUESA DE QUINOA CON PATATAS FRITAS FRUTA	**12** GUISO DE GARBANZOS CON LEGUMBRETA TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, mezclum, aceitunas) FRUTA	**13** GUISO DE ALUBIAS PINTAS SALMON CON SALSA DE ENELDO Y ENSALADA (lechuga, col lombarda, maiz) FRUTA
16 CANELONES DE ESPINACAS CON SALSA DE TOMATE BULLIT DE GARBANZOS VG FRUTA	**17** GUISO DE PATATAS ALBONDIGAS DE MERLUZA CON ENSALADA (lechuga, maiz y zanahoria) FRUTA	**18** ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (lechuga, pepino y tomate) FRUTA	**19** **DIJOUS BO**	**20** **FESTA LOCAL**
23 PASTA CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO MERLUZA AL HORNO CON SALSA SUAVE DE PIMIENTOS Y ENSALADA (lechuga, mezclum, pepino y zanahoria) FRUTA	**24** CREMA DE GUISANTES Y ZANAHORIA MERLUZA AL LIMON CON PANACHE DE VERDURAS YOGUR	**25** POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA (lechuga, esparragos, maiz) FRUTA	**26** ARROZ INTEGRAL AL POMODORO CON OREGANO LENTEJAS CON CALABAZA FRUTA	**27** CREMA MULTIVEGETALES GUISO DE GARBANZOS CON POTON FRUTA
30 POTAJE DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA (lechuga, maiz y zanahoria) YOGUR				

aprende a comer sano.org

FISH REVOLUTION

6METE EL MUNDO

MENU BY SKOOL CHEF

GUARDIANES DE LA SALUD

Skool arest Merak

STOP FOOD WASTE Program

Grow FOOD BANKS

COMPASS GROUP | Scolarest