



"En Scolarest nos tomamos muy en serio la salud de nuestros comensales"

La seguridad es lo primero, en todo lo que hacemos.

COLEGIO CISNEROS ALTER

MENÚ IN SITU BASAL DOBLE OPCIÓN BUFET | OCTUBRE 2023



Nuestros menús diarios potencian la **gastronomía canaria** además de la **introducción del platos** novedosos

Sabías que...

Por eso diariamente nuestros comensales **toman a diario, gofio de millo** como aditivo a nuestros potajes y cremas.

LUNES

02/10/2023
Crema de Calabaza
Nugget de Pollo con ensalada
Atun con soja y verduras al ajillo
Fruta, Pan blanco, Agua

09/10/2023
Sopa de pollo
Fogonero al horno con arroz blanco
Mislo de pollo deshuesado en su jugo
Fruta, Pan blanco, Agua

16/10/2023
Puré de Calabaza
Salchichas con Arroz blanco
Pescado encebollado
Fruta, Pan blanco, Agua

23/10/2023
Crema de Judías blancas
Palitos de Merluza
Albondigas en salsa con Arroz Blanco
Fruta, Pan blanco, Agua

30/10/2023
Crema de calabazas
Croquetas de Bacalao con ensalada de fruta
Fogonero al Horno
Fruta, Pan blanco, Agua

MARTES

03/10/2023
Crema de Lentejas
Albondigas a la Jardinería con Arroz Pilaw
Huevos Revueltos
Lácteo, Pan blanco, Agua

10/10/2023
Crema de Zanahorias
Croquetas de jamon con ensalada de fruta
Pescado Horno
Lácteo, Pan blanco, Agua

17/10/2023
Lentejas Estofadas
Espirales con Verduras y Jamón
Lomo en salsa de Manzanas
Lácteo, Pan blanco, Agua

24/10/2023
Sopa de Pescado
Estrogonoff de Pollo
Rollo de Primavera con Judías al ajillo
Lácteo, Pan blanco, Agua

31/10/2023
Crema de calabaza
Pollo al horno con menestra
Revuelto de champiñones
Lácteo, Pan blanco, Agua

MIÉRCOLES

04/10/2023
Puré de Bulbargos
Fogonero en salsa de Pimientos con Papas Guisadas
Lomo en salsa
Fruta, Pan blanco, Agua

11/10/2023
Puré de Acelgas
Pasta con Salsa de Tomate y Atun
Jamoncitos de Pollo con guisantes
Fruta, Pan blanco, Agua

18/10/2023
Potaje de Bulbargos
Marmitaco de Atun
Tortilla Francesa con Habichuelas
Fruta, Pan blanco, Agua

25/10/2023
Puré de Berros
Pescado en Salsa Verde con Papas al Vapor
Pasta Salteada con Jamón y Champiñones
Fruta, Pan blanco, Agua

JUEVES

05/10/2023
Potaje de Verduras
Micarrones Boloñesa
Pollo horno con menestra
Lácteo, Pan blanco, Agua

12/10/2023
FESTIVO

19/10/2023
Crema de Zanahorias
Ropa vieja
Hamburguesa con Arroz
Lácteo, Pan blanco, Agua

26/10/2023
Crema de Verduras
Arroz al Estilo de la Abuela
Lomo de Cerdo con guisantes y champiñones
Lácteo, Pan blanco, Agua

VIERNES

06/10/2023
Crema de Espinacas
Tortilla Española con Salsas, tomates aliñados
Fruta, Pan blanco, Agua

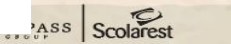
13/10/2023
FESTIVO

20/10/2023
Crema de Verduras
Pizza de Atun, Queso
Fruta, Pan blanco, Agua

27/10/2023
Puré de Zanahorias
Tortilla Española y Salsas, queso
Fruta, Pan blanco, Agua

EUI

(*) Los alérgenos informados en esta plantilla son los comunicados en el momento de edición del presente menú. Recomendamos leer detenidamente el etiquetado diario de nuestros menús servidos. Y comprobar diariamente los alérgenos que contiene cada plato.



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:

¡ Empieza hoy a mejorar el resto de tu vida !

Aceites de Oliva de España y Compass Group | Scolarest te ofrecen un programa práctico, progresivo y flexible para transformar tus hábitos alimentarios y mejorar la calidad de vida de toda la familia. Con Aitor Sánchez. Visita <https://aprendeacomersano.org/>