



MENÚ BASAL JUNIO 2024 - DEUTSCHE SCHULE

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

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



SE INCLUYE PAN BLANCO E INTEGRAL Y AGUA EN TODAS LAS COMIDAS



03/06/2024	04/06/2024	05/06/2024	06/06/2024	07/06/2024
Potaje de lentejas	Brócoli gratinado con nata y queso	Crema de zanahoria	Crema de verduras con judías	Sopa de estrellitas
<i>Ensalada de tomate y atún</i>	<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada de garbanzos</i>	<i>Ensalada mediterránea</i>	<i>Ensalada caprese</i>
Arroz tostado con verduras, huevo y salsa de tomate	Pollo al horno con arroz blanco y salsa de mostaza	Tortilla de papas con ensalada de lechuga y tomate	Espaguetis con aceite, ajo, albahaca y brócoli	Merluza con salsa de tomate y guisantes
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores o natural sin azúcar	Fruta fresca
10/06/2024	11/06/2024	12/06/2024	13/06/2024	14/06/2024
Crema de calabaza	Potaje de garbanzos	Guisantes con jamón	Crema reina	Crema de verduras
<i>Ensalada mediterránea</i>	<i>Salmorejo</i>	<i>Ensalada alemana</i>	<i>Ensalada toscana</i>	<i>Ensalada de pepino</i>
Pollo al ajillo con puré de papas y batata	Tallarines con verduras, soja y huevo	Merluza al horno con salsa verde y brócoli	Albóndigas de cerdo en salsa española con arroz	Ropa vieja de zanahoria
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores o natural sin azúcar	Macedonia de fruta natural
17/06/2024	18/06/2024	19/06/2024	20/06/2024	21/06/2024
Verduras salteadas con soja y miel	Crema de colinos	Sopa de estrellitas	Potaje de judías pintas	Crema de espinacas
<i>Ensalada mixta</i>	<i>Ensalada oriental</i>	<i>Ensalada italiana</i>	<i>Tabulé</i>	<i>Tomates aliñados</i>
Macarrones con tomate y albahaca	Pollo al horno con curry y cuscús	Lomo de cerdo con salsa de cebolla y espinacas a la crema	Tacos de fogonero frito con papas arrugadas y mojo rojo	Arroz con verduras y huevo cocido
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta fresca	Postre lácteo de sabores o natural sin azúcar	Fruta fresca
24/06/2024	25/06/2024	26/06/2024	27/06/2024	28/06/2024
	Crema de berros con judías pintas	Potaje de garbanzos	Crema de calabaza y zanahoria	Crema de verduras
	<i>Ensalada canaria</i>	<i>Zumo multifrutas</i>	Ensalada de lechuga, tomate y cebolla	<i>Ensalada de manzana y apio</i>
	Merluza con salsa verde, guisantes y papas al horno	Espirales carbonara	Hamburguesa mixta de vacuno y cerdo con papas fritas	Arroz con pollo
	Fruta fresca	Fruta fresca	Helado	Macedonia de fruta fresca con yogur natural



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

Sabras que...

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

SCOLAREST

Alimentación
saludable y
sostenible

COMPASS GROUP | 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/>

COMPASS GROUP | Scolarest