


<p>LUNES/MONDAY 03 Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Ensalada de lechuga y maíz Arroz a la cubana con huevo duro Merluza plancha Fruta Pan integral</p>	<p>MARTES/TUESDAY 04 Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga y pepino Crema de legumbres Pollo al horno con patatas asadas Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 05 Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y espárragos Sopa de ave Pollo al horno Fruta Pan integral</p>	<p>JUEVES/THURSDAY 06 Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún Patatas asadas Abadejo al horno con guisantes Fruta Pan integral</p>	<p>VIERNES/FRIDAY 07 Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate, surimi Fideuà de verduras Tortilla con atún Yogurt desnatado Pan integral</p>
<p>LUNES/MONDAY 10 Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada de lechuga, piña y maíz Crema de verduras Pechuga de pollo plancha con pisto Yogurt desnatado Pan integral</p>	<p>MARTES/TUESDAY 11 Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria Lentejas ECO con verduras Tosta integral de atún y tomate Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 12 Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Ensalada de lechuga, tomate, atún, maíz, zanahoria Arroz con verduras Tortilla francesa Fruta Pan integral</p>	<p>JUEVES/THURSDAY 13 Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Ensalada de lechuga, tomate Espaguetis ECO con verduras Merluza en salsa de tomate, albahaca Fruta Pan integral</p>	<p>VIERNES/FRIDAY 14 Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi Crema de calabaza Pollo a horno con patatas asadas Fruta Pan integral</p>
<p>LUNES/MONDAY 17 Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Sopa de verduras con fideos Pechuga de pollo plancha con patatas asadas Fruta Pan integral</p>	<p>MARTES/TUESDAY 18 Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Ensalada de tomate y queso fresco Tallarines napolitana Salmón con zanahoria, pimiento y cebolla Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 19 Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga, tomate y huevo Crema de hortalizas Pechuga de pollo plancha Yogurt desnatado Pan integral</p>	<p>JUEVES/THURSDAY 20 Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Hervido Valenciano Jurel al horno Fruta /Pan integral</p> 	<p>VIERNES/FRIDAY 21 Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Paella de verduras Jamón york y queso fresco Fruta Pan integral</p>
<p>LUNES/MONDAY 24 FESTIVAL SERUNIONVISIÓN Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi Dancing in the rain (sopa de ave) Fly on the wings of love (Pollo al horno con guisantes) Yogurt desnatado Pan integral</p>	<p>MARTES/TUESDAY 25 Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Alubias con verduras Tosta integral de atún y tomate Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 26 Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Coditos con verduras Merluza al horno con ratatouille Fruta Pan integral</p>	<p>JUEVES/THURSDAY 27 Kcal629 Prot 29Lip 24HC 68 Ensalada de lechuga, tomate, cebolla Guisadito de sepia Tortilla con champiñones Fruta Pan integral</p>	<p>VIERNES/FRIDAY 28 Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123 Ensalada de lechuga y zanahoria Arroz con verduras Tosta integral de atún y tomate Yogurt desnatado Pan integral</p>
<p>LUNES/MONDAY 31 Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97 Ensalada de lechuga, tomate y jamón york Lentejas ECO con verduras Tortilla francesa Smoothie de sandía con leche desnatada Pan integral</p> 	<p>DERIVACION BAJA EN COLESTEROL</p>			

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

serunion®



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

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entidades colaboradoras:

