

<p><b><u>LUNES/MONDAY 03</u></b> Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Ensalada de lechuga y maíz Arroz a la cubana Merluza plancha Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MARTES/TUESDAY 04</u></b> Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga, aceituna y pepino Crema de legumbres (sin lentejas) Pollo al horno con patatas Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 05</u></b> Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y espárragos Sopa de cocido SG (fideos sin gluten) Cocido Completo SG Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>JUEVES/THURSDAY 06</u></b> Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún Patatas asadas Abadejo al horno con guisantes Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>VIERNES/FRIDAY 07</u></b> Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate Fideua (fideos sin gluten) Tortilla con atún Yogurt Pan blanco SG</p>
<p><b><u>LUNES/MONDAY 10</u></b> Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada de lechuga, piña y maíz Crema de verduras Pechuga de pollo plancha con pisto Yogurt Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MARTES/TUESDAY 11</u></b> Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria Hervido de patata, judía verde, zanahoria y cebolla Pizza SG de jamón york SG Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 12</u></b> Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Ensalada de lechuga, tomate, atún, aceitunas, maíz, zanahoria Arroz al horno SG Tortilla francesa Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>JUEVES/THURSDAY 13</u></b> Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas Pasta (sin gluten) con verduras Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>VIERNES/FRIDAY 14</u></b> Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla Crema de calabaza Pollo al horno con patatas Fruta Pan blanco SG</p>
<p><b><u>LUNES/MONDAY 17</u></b> Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Sopa de verduras (fideos sin gluten) Hamburguesa de pollo sin alérgenos con patatas fritas Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MARTES/TUESDAY 18</u></b> Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Ensalada de tomate y queso fresco Pasta (sin gluten) napolitana Salmón con zanahoria, pimiento y cebolla Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 19</u></b> Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga, tomate y huevo Crema de verduras Pechuga de pollo plancha Yogurt Pan blanco SG</p>	<p><b><u>JUEVES/THURSDAY 20</u></b> Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Hervido Valenciano Jurel al horno Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>VIERNES/FRIDAY 21</u></b> Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Paella valenciana Jamón york SG y queso fresco Fruta Pan blanco SG</p>
<p><b><u>LUNES/MONDAY 24</u></b> <b>FESTIVAL SERUNIONVISIÓN</b> Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla Sopa de ave (fideos sin gluten) Pollo al horno con guisantes Yogurt Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MARTES/TUESDAY 25</u></b> Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Fabada asturiana SG Pizza SG de jamón york SG Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>MIÉRCOLES/WEDNESDAY 26</u></b> Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Pasta (sin gluten) con verduras Merluza al horno con ratatouille Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>JUEVES/THURSDAY 27</u></b> Kcal629 Prot 29Lip 24HC 68 Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas Guisadito de sepia SG Tortilla con champiñones Fruta Pan blanco SG</p>	<p><b><u>VIERNES/FRIDAY 28</u></b> Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123 Ensalada de lechuga Arroz a banda Tosta SG de atún y tomate Yogurt Pan blanco SG</p>
<p><b><u>LUNES/MONDAY 31</u></b> Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97 Ensalada de lechuga, tomate y jamón york SG Hervido de patata, judía verde, zanahoria y cebolla Tortilla de patata <b>Smoothie de sandía SG</b>  Pan blanco SG</p>	<p><b>DERIVACION SIN GLUTEN</b></p>		<p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrados o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos. *Las salsas se ligan con maicena. *Las tortillas son caseras. *Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos.</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:

