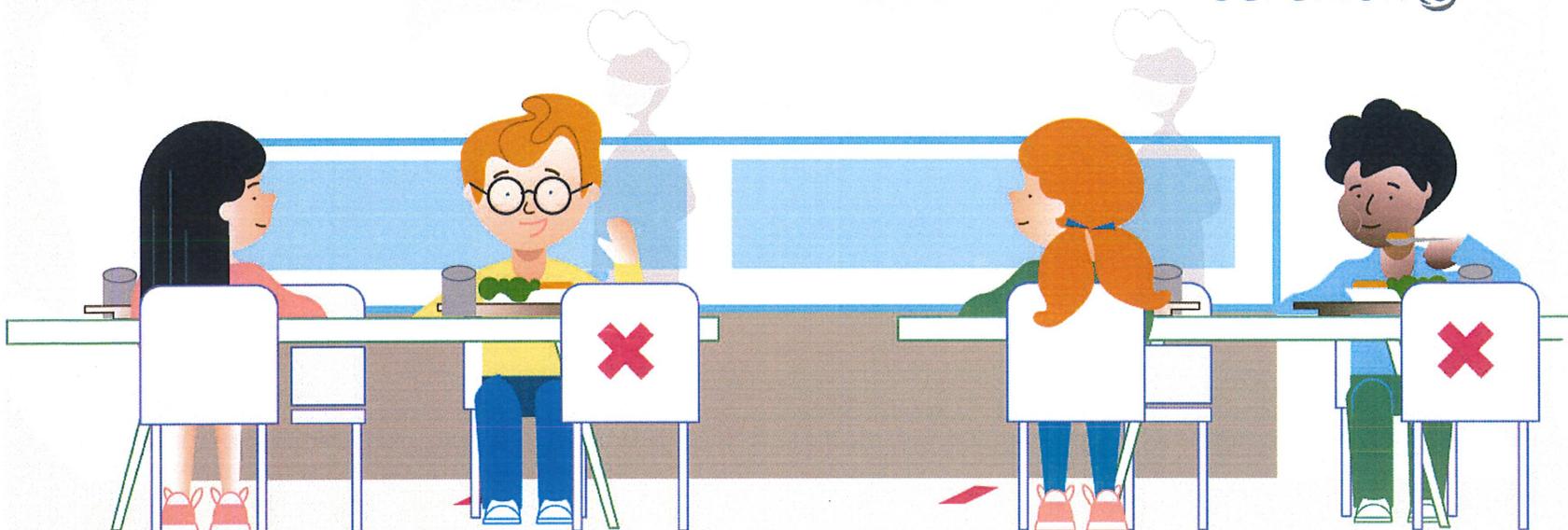


VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

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
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+

SERVICIO DE ATENCIÓN
NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entidades colaboradoras:



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>2</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>3</p> <p>Garbanzos guisados con calabaza Merluza en salsa verde con guisantes Fruta Kcal: 514,4 Líp:9,9 Prot:25,4 HC: 74,2 Recomendación de cenas: Sopa/Cerdo con verdura/ Lácteo</p>	<p>4</p> <p>Macarrones napolitana Pollo asado al limón con rodaja de tomate Fruta Kcal: 699,5 Líp: 23,3 Prot:37,5 HC: 80,0 Recomendación de cenas: Verdura /Ternera con patata / Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Alubias pintas con verduras Tortilla francesa con ensalada Yogur sabores Kcal: 585,8 Líp: 16,82 Prot:31,5 HC:73,0 Recomendación de cenas: Arroz / Pescado blanco con verdura / Fruta</p>	<p>6</p> <p>Crema de puerros Jurel al horno con pimientos Fruta Kcal: 575,3 Líp:20,61 Prot:25,9 HC: 66,5 Recomendación de cenas: Pasta/Ave con verdura/ Lácteo</p>
<p>9</p> <p>Judías verdes salteadas Lomo adobado al horno con rodaja de tomate Fruta Kcal: 486,3 Líp:15,2 Prot:30,0 HC: 60,74 Recomendación de cenas: Verdura/ Huevo con arroz/ Lácteo</p>	<p>10</p> <p>Arroz con pollo Palometa en salsa de tomate con patata dado Fruta Kcal: 612,5 Líp:15,9 Prot:25,8 HC: 88,3 Recomendación de cenas: Verdura crema /Ave con pasta/ Lácteo</p>	<p>11</p> <p>Lentejas a la campesina Tortilla de patatas con ensalada Yogur natural Kcal: 638,9 Líp: 18,7 Prot:26,5 HC: 85,0 Recomendación de cenas: Sopa /Pescado blanco con verdura / Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa de ave con fideos Merluza asada con zanahoria baby Fruta Kcal:398,1 Líp:8,6 Prot:17,6 HC:58,5 Recomendación de cenas: Arroz / ternera y verdura / Lácteo</p>	<p>13</p> <p>Garbanzos guisados Estofado de pollo a la jardinera Fruta Kcal: 701,6 Líp:21,2 Prot:40,1 HC:81,3 Recomendación de cenas: Verdura /Pescado azul con patata/ Fruta</p>
<p>16</p> <p>Espirales con tomate Bacalao al horno con patata panadera Fruta Kcal: 533,6 Líp: 11,3 Prot: 23,0 HC: 81,1 Recomendación de cenas: Verdura/ cerdo con patata/ Lácteo</p>	<p>17</p> <p>Crema de zanahoria Pollo asado con rodaja de tomate Fruta Kcal: 537,1 Líp: 18,5 Prot:31,8 HC:57,3 Recomendación de cenas: Pasta/ Pescado azul con verdura/ Lácteo</p>	<p>18</p> <p>Paella mixta Goulash de ternera con zanahoria Fruta Kcal: 824,7,2 Líp: 36,7 Prot: 32,6 HC: 88,2 Recomendación de cenas: Sopa/ ave con verdura/ Lácteo</p>	<p>19</p> <p>Patatas a la riojana Tortilla francesa con ensalada Yogur sabores Kcal: 698,26 Líp: 30,1 Prot: 28,6 HC: 78,7 Recomendación de cenas: Verdura en crema/pescado blanco y pasta/ Fruta</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con hortalizas Fogonero al horno con fritada Fruta Kcal: 523,7 Líp: 9,2 Prot: 27,1 HC: 74,2 Recomendación de cenas: Arroz/ Huevo con verdura/ Lácteo</p>
<p>23</p> <p>Lentejas a la hortelana Tortilla de patata y calabacín Fruta Kcal: 469,6 Líp: 9,2 Prot: 23,4 HC: 86,2 Recomendación de cenas: Verdura crema/ Ternera con patatas/ Lácteo</p>	<p>24</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo al horno con ajo y perejil con patata panadera Fruta Kcal: 576,5 Líp: 14,0 Prot:23,4 HC:86,6 Recomendación de cenas: Sopa/ Cerdo con verdura/ Lácteo</p>	<p>25</p> <p>Judías verdes salteadas Jamoncitos de pollo al horno con ensalada Yogur natural Kcal: 585,9 Líp: 21,6 Prot: 36,5 HC: 59,6 Recomendación de cenas: Pasta / Pescado azul con verduras/ Fruta</p>	<p>26</p> <p>Alubias blancas con calabaza Merluza en salsa verde Fruta Kcal: 524,1 Líp: 8,7 Prot: 27,3 HC: 73,9 Recomendación de cenas: Verdura /Huevo con pasta / Lácteo</p>	<p>27</p> <p>Sopa de ave con fideos Lomo a la riojana con pimientos asados Fruta Kcal: 497,9 Líp:14,2 Prot:28,3 HC:61,0 Recomendación de cenas: Arroz / Ave con verdura / Lácteo</p>
<p>30</p> <p>Arroz con pisto Ternera estofada con verduras y patatas Fruta Kcal: 805,7 Líp: 36,9 Prot: 32,6 HC: 83,6 Recomendación de cenas: Verdura/ Huevo con pasta/ Lácteo</p>	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>HÁBITOS SALUDABLES PAN INTEGRAL LOS JUEVES</p> </div>			