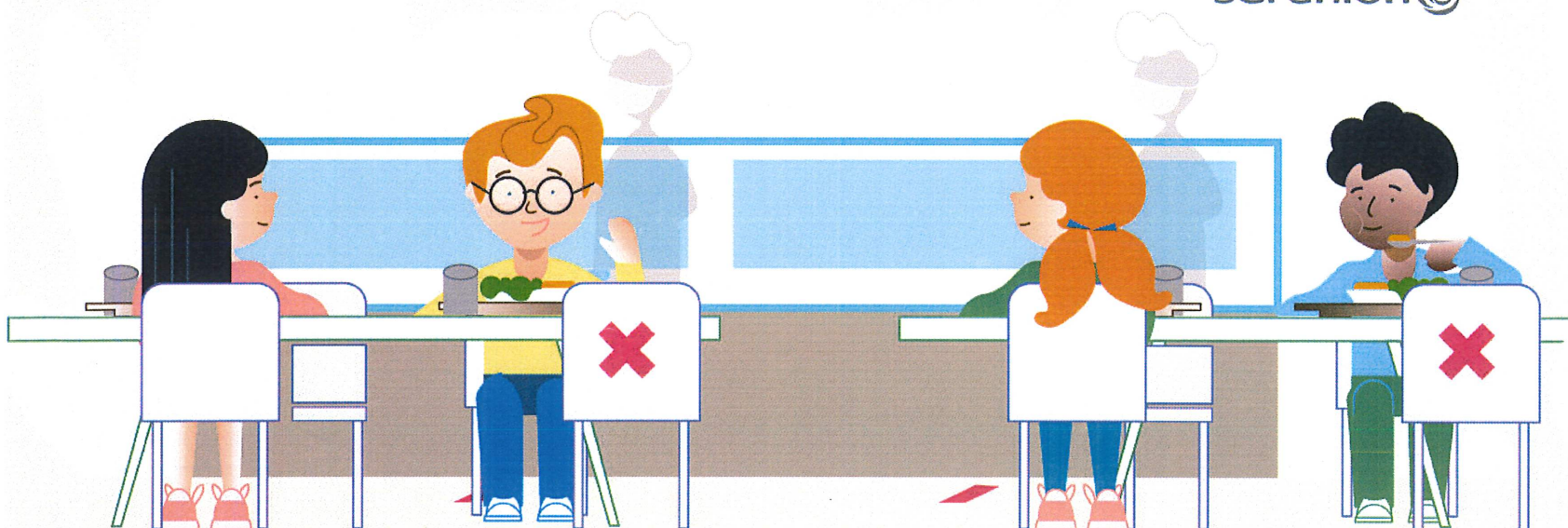


VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

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

	1 Lentejas estofadas Fogonero en salsa con rodaja de tomate Fruta Kcal: 530,3 Líp: 8,8 Prot: 30,3 HC: 76,3 Recomendación de cenas: Verdura en crema/Ave con patatas/ Lácteo	2 Patatas a la riojana Tortilla francesa con ensalada Yogur sabores Kcal: 705,9 Líp: 29,9 Prot: 28,5 HC: 82,3 Recomendación de cenas: Pasta /Cerdo con verdura / Fruta	3 Crema de calabacín Estofado de pollo al curry Fruta Kcal: 552,4 Líp: 18,7 Prot:31,7 HC: 59,6 Recomendación de cenas: Sopa / Pescado blanco con verdura / Lácteo	4 Macarrones salteados con champiñones Palometa con pimientos Fruta Kcal: 547,9 Líp: 13,9 Prot: 24,2 HC: 78,4 Recomendación de cenas: Verdura/ ave con arroz/ Lácteo
7 FESTIVO	8 FESTIVO	9 Menestra salteada Albóndigas en salsa española con verduritas Fruta Kcal: 609,3 Líp: 26,4 Prot: 23,2 HC:65,5 Recomendación de cenas: Pasta / Ave con verduras/ Lácteo	10 Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa con zanahoria baby Fruta Kcal: 504,7 Líp:9,82 Prot:18,2 HC: 81,8 Recomendación de cenas: Verdura/ Ternera con pata/Lácteo	11 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo asado con rodaja de tomate Yogur natural Kcal: 678,1 Líp:21,5 Prot:44,2 HC:73,1 Recomendación de cenas: Sopa /Pescado blanco con verdura / Fruta
14 Arroz con verduras Ternera guisada con zanahoria y champiñón Fruta Kcal: 808,7 Líp:37,4 Prot:32,5 HC: 83,1 Recomendación de cenas: Verdura en crema/ Huevo con pasta/ Lácteo	15 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	16 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	17 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	18 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
21 Judías verdes al ajoarriero 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	22 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 en crema/Ave con pasta / Lácteo	¡¡ FELIZ NAVIDAD !!		
				HÁBITOS SALUDABLES PAN INTEGRAL LOS JUEVES