

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

				Sopa de pasta maravilla <b>1</b>
				Palometa con patatas horneadas al romero
				Fruta fresca y pan
Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 12 años	kcal: 587,00 / 758,00	Prot (g): 23,10 / 29,80	Lip (g): 22,30 / 28,80	HC (g): 69,90 / 90,10
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Guiso de lentejas	Ensalada verde variada: Lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas y maíz	Acelgas con patatas salteadas con cebolla	Crema de calabacín	Arroz con champiñones y cebolla
Huevos al gratén con Ensalada de lechuga y tomate	Espaguetis integrales con salsa boloñesa (con carne picada)	Estofado de pavo con dados de manzana y patata con ensalada de lechuga y maíz	Lomo de cerdo a la riojana	Abadejo con pimentón con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 12 años	kcal: 587,00 / 758,00	Prot (g): 28,50 / 36,80	Lip (g): 19,10 / 24,70	HC (g): 70,60 / 91,10
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
	Lentejas con arroz y verduras	Sopa de fideos integrales	Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y aceitunas	Guisantes, patata y cebolla con jamón salteado
	Abadejo al orio con ensalada de lechuga	Tortilla de patata y cebolla con jamón york con ensalada de lechuga y maíz	Marmitako de atún	Muslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria
	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan
Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 12 años	kcal: 577,00 / 745,00	Prot (g): 26,70 / 34,40	Lip (g): 18,60 / 24,00	HC (g): 71,00 / 91,60
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
Sopa marinera con arroz	Coliflor, brócoli, patata y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas	Crema de judía verde, calabacín y zanahoria	Alubias a la hortelana
Pechuga de pollo con salsa de champiñones	Tortilla francesa con queso con ensalada de lechuga y zanahoria	Fideuá de pescado	Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y maíz	Salchichas de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 12 años	kcal: 541,00 / 698,00	Prot (g): 26,30 / 34,00	Lip (g): 71,80 / 22,90	HC (g): 65,20 / 84,10

# 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:

