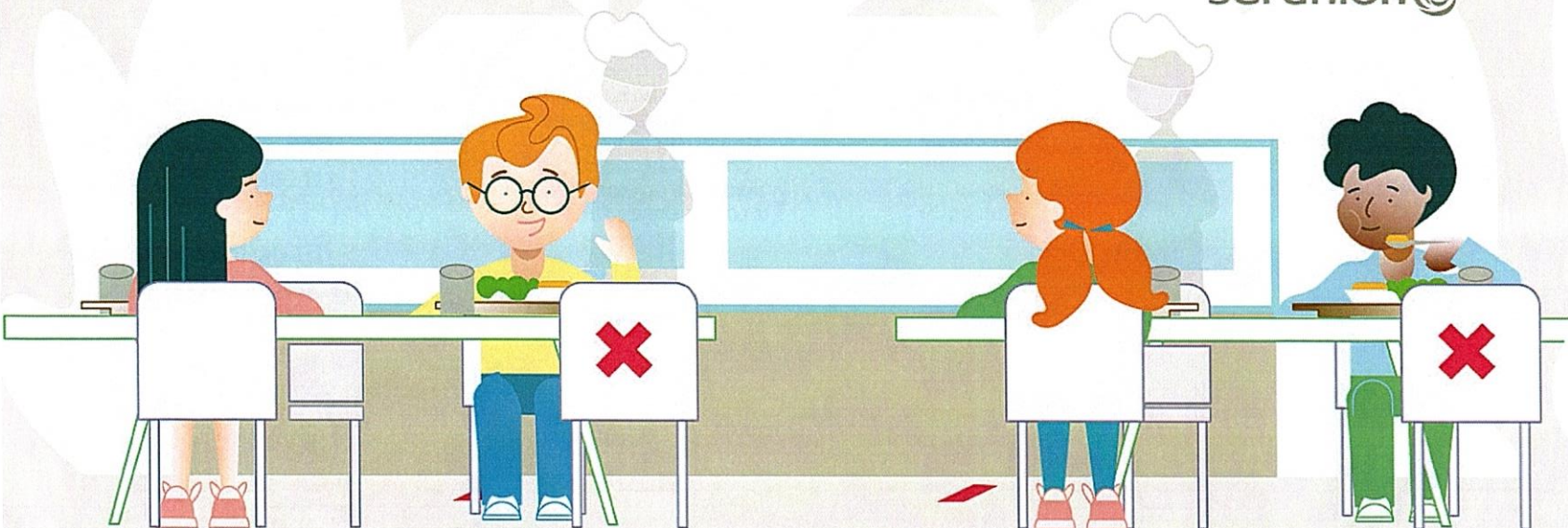


VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

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	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

Macarrones con tomate
Muslo de pollo al horno
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Pan
Natillas de vainilla
784,4Kcal - Prot:43,1g - Lip:29,3g - HC:85,3g AGS:8,3g -
Azúcares:19,7g - Sal:2,0g

Alubias blancas con verduras
Filete de merluza a la romana
Arroz pilaf
Pan
Fruta fresca
582,1Kcal - Prot:23,6g - Lip:17,5g - HC:77,8g AGS:3,2g -
Azúcares:21,3g - Sal:2,2g

Crema de acelgas, puerro y zanahoria
Filete de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Pan
Yogur sabor
634,2Kcal - Prot:33,4g - Lip:21,5g - HC:70,3g AGS:6,1g -
Azúcares:24,1g - Sal:2,2g

Lentejas con verduras
Palometa con salsa napolitana
Patatas fritas
Pan
Fruta fresca
654,4Kcal - Prot:31,8g - Lip:19,7g - HC:81,5g AGS:4,3g -
Azúcares:18,9g - Sal:1,9g

Arroz con salsa de tomate
Limanda a la andaluza
Ensalada de lechuga, tomate, atún, aceitunas,
maíz y zanahoria
Pan
615,3Kcal - Prot:26,2g - Lip:16,8g - HC:87,1g AGS:2,4g -
Azúcares:16,7g - Sal:2,0g

Judías verdes con patatas salteadas
Escalope de pollo empanado
Zanahoria baby salteada
Pan
Yogur sabor
699,8Kcal - Prot:31,1g - Lip:28,6g - HC:75,5g AGS:6,2g -
Azúcares:29,6g - Sal:2,5g

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan
Fruta fresca
614,8Kcal - Prot:26,9g - Lip:15,1g - HC:86,4g AGS:4,2g -
Azúcares:19,0g - Sal:1,4g

Crema de calabaza
Merluza a la andaluza
Patatas dado
Pan
Yogur sabor
601,5Kcal - Prot:26,1g - Lip:21,1g - HC:74,3g AGS:4,8g -
Azúcares:25,3g - Sal:1,9g

Fideua de marisco
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga y tomate
Pan
Fruta fresca
606,9Kcal - Prot:23,6g - Lip:20,9g - HC:78,0g AGS:4,4g -
Azúcares:17,1g - Sal:2,7g

Lentejas con chorizo
Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Pan
Fruta fresca
649,5Kcal - Prot:39,5g - Lip:23,0g - HC:66,2g AGS:5,8g -
Azúcares:17,5g - Sal:2,3g

Guisantes salteados con jamón serrano
Estofado de pavo con patatas
Pan
Yogur sabor
659,0Kcal - Prot:41,4g - Lip:22,1g - HC:67,5g AGS:6,7g -
Azúcares:30,2g - Sal:2,0g

Espaguetis boloñesa
Filete de rape a la romana
Champiñones salteados con zanahoria
Pan
Fruta fresca
692,5Kcal - Prot:30,3g - Lip:22,2g - HC:88,6g AGS:4,5g -
Azúcares:21,9g - Sal:1,9g

Alubias pintas estofadas
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Pan
Natillas de vainilla
679,5Kcal - Prot:35,0g - Lip:25,3g - HC:71,9g AGS:7,0g -
Azúcares:19,3g - Sal:2,3g

Crema de calabacín
Bacalao a la andaluza
Arroz pilaf
Pan
Fruta fresca
520,9Kcal - Prot:20,6g - Lip:15,2g - HC:72,7g AGS:2,5g -
Azúcares:17,7g - Sal:1,9g

Brócoli salteado con jamón york
Albóndigas con verduras
Patatas dado
Pan
Yogur sabor
749,5Kcal - Prot:30,1g - Lip:34,4g - HC:77,1g AGS:12,0g -
Azúcares:25,4g - Sal:2,3g

Lentejas con patatas
Filete de lenguado a la andaluza
Enslada de lechuga y tomate
Pan
Fruta fresca
549,4Kcal - Prot:30,6g - Lip:14,7g - HC:69,0g AGS:2,0g -
Azúcares:16,8g - Sal:1,8g

Crema de espinacas
Ternera a la jardinera con patatas
Patatas fritas
Pan
Yogur sabor
817,8Kcal - Prot:33,2g - Lip:38,7g - HC:77,5g AGS:13,2g -
Azúcares:24,9g - Sal:2,3g