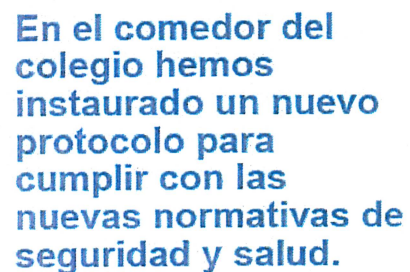


serunion@



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



COMIDA


 pasta/arroz


 carne


 pasta/arroz


 pescado


 pasta/arroz


 huevo


 verdura


 carne


 verdura


 pescado


 verdura


 huevo


 legumbres


 carne


 legumbres


 pescado


 legumbres


 huevo


 fruta


 lácteo

CENA


 verdura


 pescado


 verdura


 huevo


 verdura


 carne


 pasta/arroz


 pescado


 pasta/arroz


 huevo


 pasta/arroz


 carne


 verdura


 pescado


 verdura


 huevo


 verdura


 carne


 fruta


 lácteo

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entidades colaboradoras:



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

Arroz campesina
Crujiente de bacalao
Ensalada variada de primavera
Pan del día
Fruta fresca
682,4Kcal - Prot:20,9g - Lip:20,0g - HC:101,4g
AGS:3,1g - Azúcares:19,2g - Sal:1,3g

4

Sopa de ave con lluvia
Hamburguesa de ternera al horno
Ensalada de tomate
Pan del día
Fruta fresca
636,3Kcal - Prot:24,6g - Lip:29,8g - HC:71,4g
AGS:12,1g - Azúcares:21,0g - Sal:3,7g

5

Crema de verduras
Estofado de cerdo
Pan del día
Fruta fresca
592,0Kcal - Prot:34,9g - Lip:18,0g - HC:66,8g
AGS:4,7g - Azúcares:27,3g - Sal:1,9g

MENU ECOLÓGICO

6

Lentejas estofadas ecológicas
Tortilla de patata ecológica
Pan ecológico
Fruta fresca ecológica
627,3Kcal - Prot:23,6g - Lip:16,3g - HC:88,9g
AGS:2,8g - Azúcares:20,2g - Sal:3,1g

7

Alubias blancas con calabaza
Merluza en salsa de puerros
Pan del día
Lácteo
591,6Kcal - Prot:35,4g - Lip:9,9g - HC:81,9g
AGS:1,9g - Azúcares:29,8g - Sal:1,8g

MENU ECOLÓGICO

10

Crema de calabacín ecológica
Estofado de pollo al curry ecológico
Pan ecológico
Fruta fresca ecológica
567,1Kcal - Prot:33,5g - Lip:21,9g - HC:56,2g AGS:5,9g -
Azúcares:19,6g - Sal:1,5g

11

Lentejas con chorizo
Abadejo en salsa de zanahoria
Pan del día
Fruta fresca
666,6Kcal - Prot:34,9g - Lip:22,4g - HC:75,2g AGS:6,2g -
Azúcares:21,3g - Sal:2,1g

12

Marmitako de atún
Tortilla francesa
Ensalada variada de primavera
Pan del día
Fruta fresca
533,2Kcal - Prot:23,1g - Lip:17,6g - HC:70,6g AGS:3,2g -
Azúcares:18,3g - Sal:1,8g

13

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo con ternera y pollo
Pan del día
Fruta fresca
727,0Kcal - Prot:28,2g - Lip:23,6g - HC:93,3g AGS:7,1g -
Azúcares:20,1g - Sal:1,7g

14

Lazos con salsa de tomate
Caldereta de pescado
Pan del día
Lácteo
615,0Kcal - Prot:36,4g - Lip:10,5g - HC:91,5g AGS:2,1g -
Azúcares:26,3g - Sal:2,0g

17

Sopa de ave con lluvia
Bacalao a la siciliana
Pan del día
Fruta fresca
471,5Kcal - Prot:27,6g - Lip:10,1g - HC:64,5g
AGS:2,1g - Azúcares:20,0g - Sal:4,0g

18

Menestra salteada con bacon
Albóndigas mixtas con salsa
y patatas dado
Pan del día
Fruta fresca
733,5Kcal - Prot:26,1g - Lip:32,4g - HC:80,5g
AGS:10,6g - Azúcares:25,7g - Sal:3,2g

19

Alubias blancas estofadas
Tortilla de espinacas
Ensalada de tomate
Pan del día
Fruta fresca
623,2Kcal - Prot:21,5g - Lip:17,6g - HC:87,1g
AGS:2,8g - Azúcares:20,6g - Sal:1,3g

20

Arroz con pollo
Merluza en salsa de zanahoria
Pan del día
Lácteo
561,5Kcal - Prot:27,3g - Lip:10,0g - HC:87,3g
AGS:1,9g - Azúcares:20,2g - Sal:1,6g

MENU ECOLÓGICO

21

Lentejas estofadas ecológicas
Guiso de pollo ecológico
Pan ecológico
Fruta fresca ecológica
610,2Kcal - Prot:35,3g - Lip:16,2g - HC:74,2g
AGS:3,6g - Azúcares:19,4g - Sal:1,5g

24

Sopa de cocido con fideos
Lomo de sajonia
Ensalada variada de primavera
Pan del día
Fruta fresca
515,4Kcal - Prot:29,0g - Lip:15,9g - HC:60,9g
AGS:4,0g - Azúcares:18,7g - Sal:1,8g

25

Macarrones con salsa de tomate
Merluza en salsa verde con guisantes
Pan del día
Fruta fresca
526,3Kcal - Prot:27,1g - Lip:8,8g - HC:80,6g AGS:1,5g -
Azúcares:19,3g - Sal:1,5g

MENU ECOLÓGICO

26

Crema parmentiere ecológico
Estofado de cerdo ecológico
Pan ecológico
Fruta fresca ecológica
593,1Kcal - Prot:35,0g - Lip:18,0g - HC:67,1g
AGS:4,7g - Azúcares:27,6g - Sal:1,7g

DÍA NACIONAL DEL CELÍACO

27

Alubias pintas con arroz
Tortilla de calabacín
Ensalada variada
Pan del día***
Fruta fresca
665,8Kcal - Prot:28,1g - Lip:20,6g - HC:82,0g
AGS:4,5g - Azúcares:20,1g - Sal:1,9g

28

Paella mixta de verduras y carne
Salmón horneado al eneldo
Pan del día
Lácteo
673,4Kcal - Prot:32,9g - Lip:20,0g - HC:89,5g
AGS:3,2g - Azúcares:23,5g - Sal:1,7g

MENU ECOLÓGICO

31

Lentejas estofadas ecológicas
Guiso de ternera ecológico
Pan ecológico
Fruta fresca ecológica
807,5Kcal - Prot:40,1g - Lip:35,1g - HC:76,3g
AGS:12,3g - Azúcares:21,0g - Sal:1,6g

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

Comedor escolar

Todos nuestros menús están elaborados cumpliendo los rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información

