

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

5
Espirales con tomate y queso rallado

Merluza en salsa verde

Fruta fresca de temporada

6
Alubias blancas con chorizo

Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas

Lácteo

7
Patatas (ECOLÓGICAS) guisadas con choco

Tortilla francesa con queso y tomate aliñado

Fruta fresca de temporada

8
Sopa de picadillo

Albóndigas en salsa con verduritas salteadas

Fruta fresca de temporada

9
Garbanzos con patatas

Cazón en adobo con rueda de ensaladas

Postre casero

12
CARNAVAL

13
CARNAVAL

14
Lentejas estofadas

Tortilla de patata con rueda de ensalada

Fruta fresca de temporada

15
Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes

Pollo en salsa con patatas dado

Lácteo

16
Empedrado de alubias pintas

Merluza con hortalizas

Postre casero

19
Espaguetis (ECOLÓGICO) con tomate y atún

Ternera a la jardinera

Fruta fresca de temporada

20
Lentejas con chorizo

Merluza horneada con salsa verde y patatas

Lácteo

21
Crema de verduras

Pechuga de pollo empanada con rueda de ensaladas

Fruta fresca de temporada

22
Arroz caldoso a la marinera

Tortilla de calabacín con rueda de ensaladas

Fruta fresca de temporada

23
Garbanzos con espinacas

Salmón a la plancha con rueda de ensaladas

Postre casero

26
Judías verdes salteadas con bacon

Muslitos de pollo al horno con patata panadera (ECOLÓGICO)

Fruta fresca de temporada

27
Espirales con champiñones

Bacalao a la vizcaina

Fruta fresca de temporada

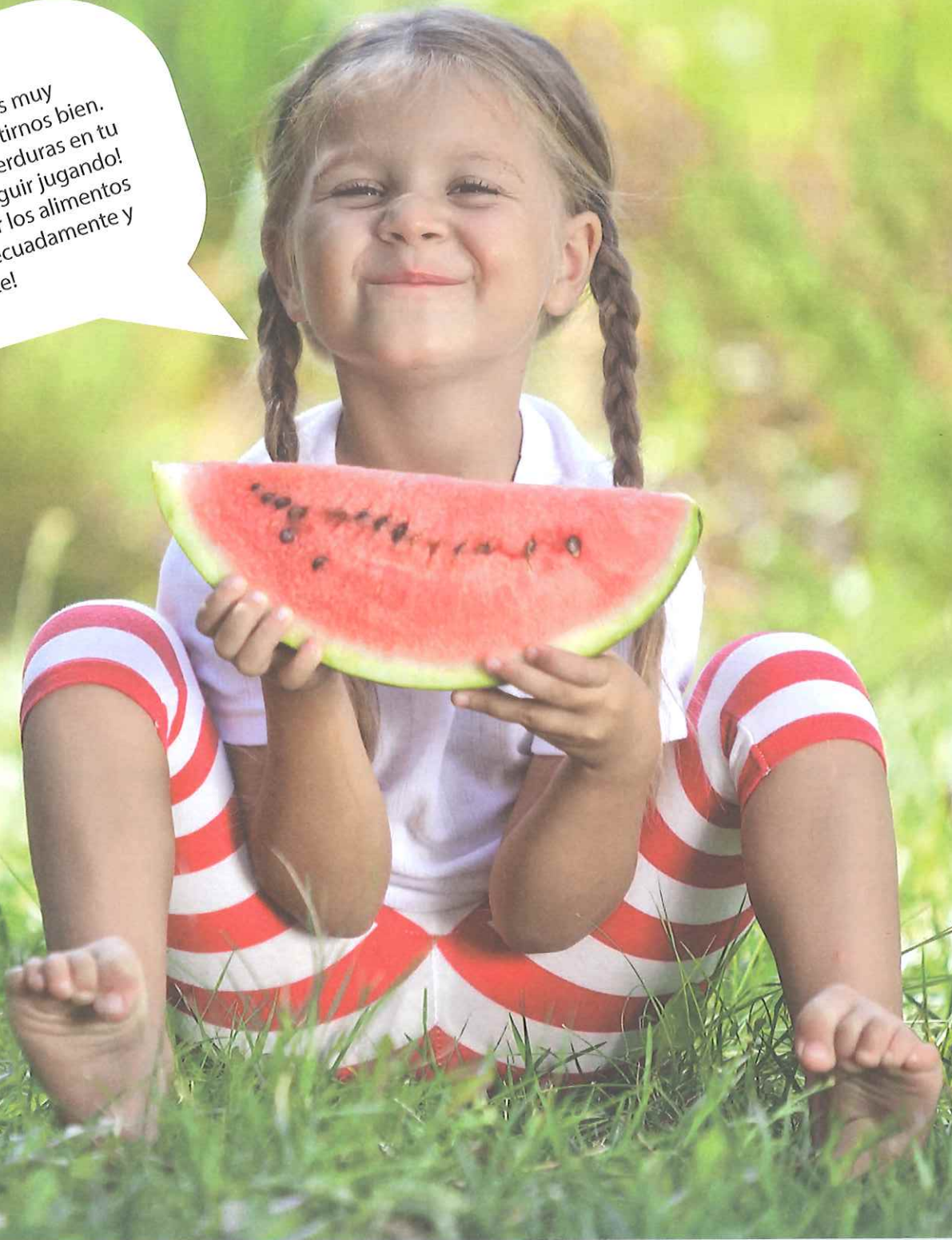
28
Sopa de cocido

Cocido completo

Fruta fresca de temporada

¡A crecer!

Una alimentación equilibrada es muy importante para crecer sanos y sentirnos bien. Recuerda incluir siempre frutas y verduras en tu día para cargarte de energía y ¡seguir jugando! Nosotros te ayudamos a conocer los alimentos que necesitas para nutrirte adecuadamente y ¡ser el más fuerte!



RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA

CENA

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

serunion educa



COLEGIOS MARIANISTAS

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com
www.serunion-educa.com