

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

Coditos a la boloñesa

Filete de gallo al horno con verduras wok

Fruta fresca de temporada

12

Lentejas estofadas

Estofado de ternera con champiñones

Fruta fresca de temporada

19

Espirales con tomate y queso rallado

Merluza en salsa verde

Fruta fresca de temporada

26

Coliflores al graten

Lomo adobado con patatas fritas

Fruta fresca de temporada

6

JORNADA ECOLÓGICA
Crema de verduras (ECOLÓGICAS) con picatostes

Pollo campero en salsa

Brocheta de frutas

13

Arroz a la milanesa

Bacalao empanado con rueda de ensalada

Fruta fresca de temporada

20

Alubias blancas con chorizo

Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas

Lácteo

27

Paella de pollo

Bacalao con rueda de ensalada

Fruta fresca de temporada

7

Lentejas con verduras

Tortilla de atún con rueda de ensaladas

Lácteo

14

Potaje de garbanzos

Tortilla de patata y cebolla con rueda de ensalada

Fruta fresca de temporada

21

Patatas (ECOLÓGICO) guisadas con choco

Tortilla francesa con queso y tomate aliñado

Fruta fresca de temporada

28

Empedrado de alubias pintas

Tortilla de patatas con rueda de ensalada

Fruta fresca de temporada

1

Arroz con salsa de tomate

Atún blanco encebollado

Lácteo

8

Patatas guisadas con verduras

Hamburguesa de ternera con rueda de ensaladas

Fruta fresca de temporada

15

Crema de calabacín con picatostes

Cinta de lomo con patatas (ECOLÓGICO) asadas

Lácteo

22

Sopa de picadillo

Albóndigas en salsa de verduras salteadas

Fruta fresca de temporada

29

JUEVES SANTO

2

Alubias con verduras

Tortilla de jamón york con rueda de ensaladas

Postre casero

9

Alubias pintas empedradas

Calamares a la andaluza con cebolla caramelizada

Postre casero

16

Macarrones a la crema

Emperador con tomate

Postre casero

23

Garbanzos con patatas

Cazón en adobo con rueda de ensaladas

Postre casero

30

VIERNES SANTO

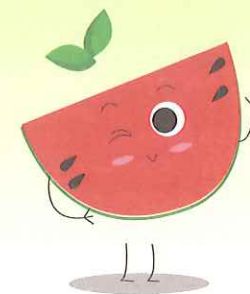
¡A crecer!

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!

serunion
educa



COLEGIOS
MARIANISTAS



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