

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

Lentejas estofadas

Estofado de ternera con patata y champiñones

Fruta fresca

Arroz con verduras y pollo

Bacalao al horno con pisto

Fruta fresca

Garbanzos con preparado de verduras

Pechuga de pollo con ensalada

Fruta fresca

Crema de calabacín

Cinta de lomo con patatas asadas

Yogur de sabores

Alubias pintas estofadas

Merluza al horno con cebolla caramelizada
Yogur de sabores

Macarrones con salsa de tomate

Emperador al horno

Yogur de sabores

Espirales con salsa de tomate

Merluza en salsa verde con guisantes

Yogur de sabores

Alubias blancas con verduras

Pollo al horno con patatas fritas

Fruta fresca

Patatas con potón

Pechuga de pavo al horno o a la plancha con ensalada

Fruta fresca

Sopa casera de ave con fideos

Cinta de lomo a la plancha con ensalada

Fruta fresca

Garbanzos con patatas

Cazón frito en adobo de limón con ensalada

Yogur de sabores

Coliflor al ajoarriero

Cinta de lomo fresco a la plancha con patatas dadas fritas

Fruta fresca

Arroz con salsa de tomate

Bacalao a la plancha con ensalada

Fruta fresca

Alubias pintas con verduras

Cinta de lomo al horno o a la plancha con ensalada

Fruta fresca

Crema de verduras

Jamoncitos de pollo en salsa con patatas

Yogur de sabores

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO

¡ FELICES VACACIONES !

¡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

pasta/arroz + carne
pasta/arroz + pescado
pasta/arroz + huevo

CENA

verdura + pescado
verdura + huevo
verdura + carne

verdura + carne
verdura + pescado
verdura + huevo

pasta/arroz + pescado
pasta/arroz + huevo
pasta/arroz + carne

legumbres + carne
legumbres + pescado
legumbres + huevo

verdura + pescado
verdura + huevo
verdura + carne



fruta



lácteo



lácteo



fruta

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL
PARA FAMILIAS

902 360 030

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