

**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*

4

Patatas con verduras  
  
Estofado de ternera con patata y champiñones  
  
*Fruta fresca*

5

Arroz hervido con pollo  
  
Bacalao empanado con ensalada  
  
*Fruta fresca*

6

Crema de acelgas  
  
Tortilla de patata y cebolla con ensalada  
  
*Fruta fresca*

7

Sopa de ave  
  
Cinta de lomo con patatas asadas  
  
*Yogur de sabores*

8

Macarrones con salsa de tomate  
  
Emperador al horno  
  
*Yogur de sabores*

11

Espirales con salsa de tomate  
  
Merluza al horno o a la plancha  
  
*Yogur de sabores*

12

Arroz salteado con champiñones  
  
Pollo al horno con patatas fritas  
  
*Fruta fresca*

13

Patatas con potón  
  
Tortilla francesa casera con ensalada  
  
*Fruta fresca*

14

Sopa casera de ave con fideos  
  
Cinta de lomo a la plancha con ensalada  
  
*Fruta fresca*

15

Arroz salteado con champiñones  
  
Cazón frito en adobo de limón con ensalada  
  
*Yogur de sabores*

18

Coliflor al ajoarriero  
  
Cinta de lomo fresco a la plancha con patatas dado fritas  
  
*Fruta fresca*

19

Arroz con salsa de tomate  
  
Bacalao a la plancha con ensalada  
  
*Fruta fresca*

20

Sopa de ave con fideos  
  
Tortilla de patata y cebolla con ensalada  
  
*Fruta fresca*

21

Crema de verduras  
  
Jamoncitos de pollo en salsa con patatas  
  
*Yogur de sabores*

22

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**

**¡ FELICES VACACIONES !**



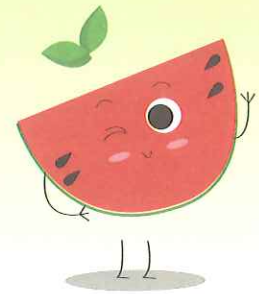
# ¡A crecer!

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