

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Espaguetis con salsa de tomate y atún
Ternera a la jardinera
Fruta fresca

2

Lentejas con chorizo
Merluza al horno
Lácteo

3

Crema de verduras
Pechuga de pollo a la plancha
Fruta fresca

4

Arroz a banda
Tortilla francesa casera de calabacín
Fruta fresca

5

Garbanzos con espinacas
Emperador a la plancha
Postre casero

8

Judías verdes salteadas
Pollo al horno
Fruta fresca

9

Espirales con champiñones
Bacalao a la vizcaina
Fruta fresca

10

Sopa casera de cocido con pasta
Garbanzos con patata y pollo
Fruta fresca

11

Arroz con salsa de tomate
Jurel
Lácteo

12

FESTIVO
NTRA SRA DEL PILAR
FIESTA NACIONAL DE ESPAÑA

15

Coditos a la boloñesa
Gallo al horno
Fruta fresca

16

Crema de menestra con picatostes
Pollo al chilindrón
Lácteo

17

Lentejas con verduras
Tortilla francesa de atún
Fruta fresca

18

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

19

Alubias pintas estofadas
Calamares fritos
Postre casero

22

Lentejas estofadas
Estofado de ternera con patata y champiñones
Fruta fresca

23

Arroz a la milanesa
Jurel encebollado
Fruta fresca

24

Garbanzos con preparado de verduras
Tortilla de patata y cebolla
Fruta fresca

25

Crema de calabacín
Cinta de lomo con patatas
Lácteo

26

Macarrones a la crema
Bacalao con tomate
Postre casero

29

Espirales con salsa de tomate y queso
Merluza en salsa verde con guisantes
Fruta fresca

30

Alubias blancas con verduras
Pollo al horno
Lácteo

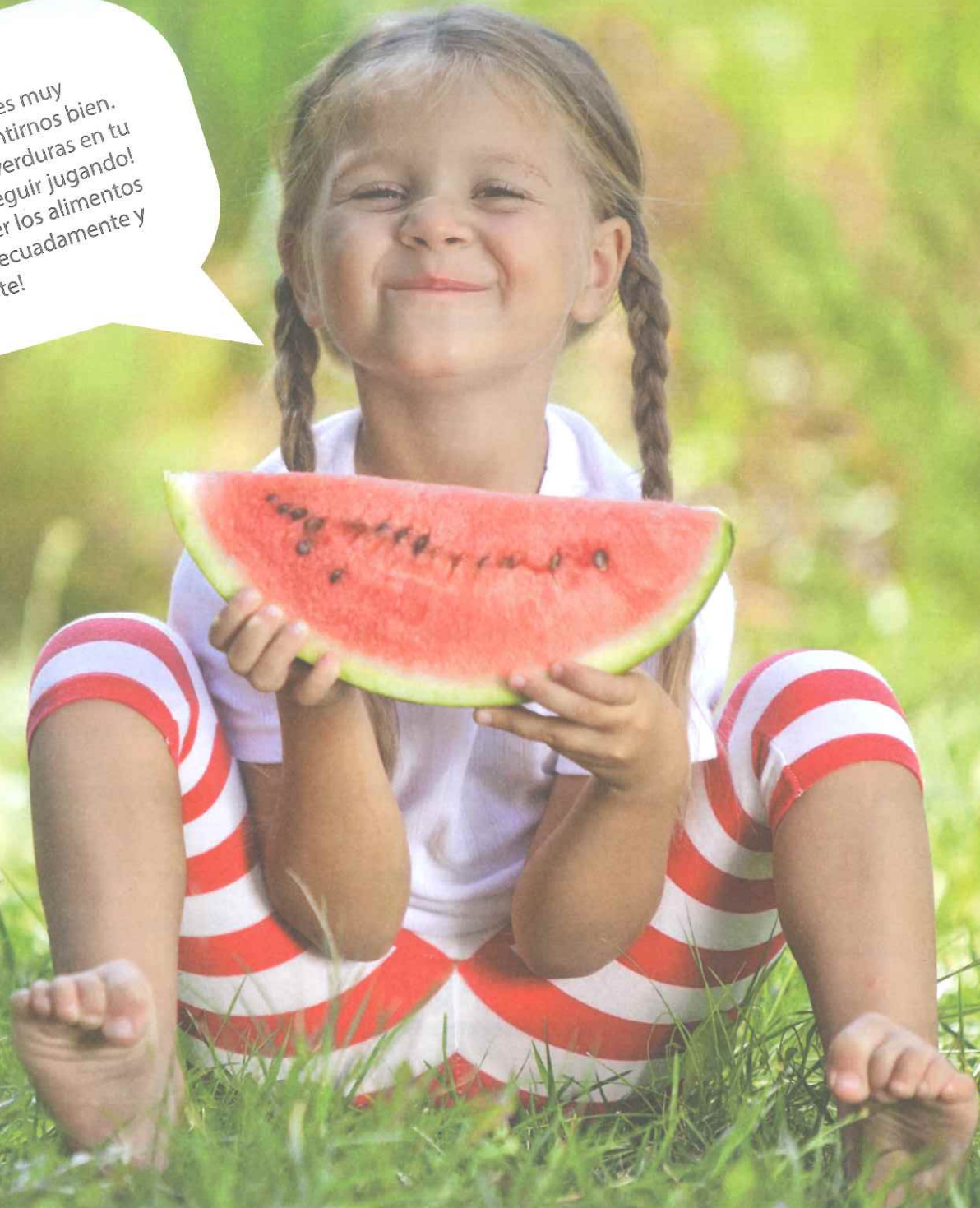
31

Patatas con potón
Tortilla francesa casera
Fruta fresca

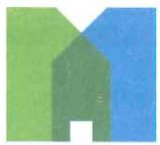
En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias

¡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 
educ2



COLEGIOS
MARIANISTAS



RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA

CENA

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

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL
PARA FAMILIAS

902 360 030

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