

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Espaguetis (ECOLÓGICO) con tomate y atún
Cerdo a la jardinera
Fruta fresca

2

Lentejas con chorizo
Albóndigas de pescado en salsa verde con patatas
Lácteo

3

Crema de verduras
Pechuga de pollo empanada con rueda de ensaladas
Fruta fresca

4

Arroz caldoso a la marinera
Tortilla con rueda de ensalada
Fruta fresca

5

Garbanzos con espinacas
Emperador a la plancha con rueda de ensalada
Postre casero

8

Judías verdes salteadas con bacon
Muslitos de pollo al horno con patata panadera (ECOLÓGICO)
Fruta fresca

9

Espirales con champiñones
Bacalao a la vizcaína
Fruta fresca

10

Sopa de cocido
Cocido sin ternera
Fruta fresca

11

Arroz con salsa de tomate
Jurel encebollado
Lácteo

12

FESTIVO
NTRA SRA DEL PILAR
FIESTA NACIONAL DE ESPAÑA

15

Coditos a la boloñesa
Merluza al horno con verduritas wok
Fruta fresca

16

Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes
Pollo en salsa con patatas dado
Lácteo

17

Lentejas con verduras
Tortilla de atún con rueda de ensalada
Fruta fresca

18

Patatas guisadas con verduras
Lomo con rueda de ensaladas
Fruta fresca

19

Alubias pintas empedradas
Calamares a la andaluza con cebolla caramelizada
Postre casero

22

Lentejas estofadas
Estofado de pavo con champiñones
Fruta fresca

23

Arroz a la milanesa
Jurel empanado con rueda de ensalada
Fruta fresca

24

Potaje de garbanzos
Tortilla de patata y cebolla con rueda de ensalada
Fruta fresca

25

Crema de calabacín con picatostes
Cinta de lomo con patatas (ECOLÓGICO) asadas
Lácteo

26

Macarrones a la crema
Bacalao con tomate
Postre casero

29

Espirales con tomate
Merluza en salsa verde
Fruta fresca

30

Alubias blancas con choirzo
Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas
Lácteo

31

Patatas (ECOLÓGICO) guisadas con choco
Tortilla francesa
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 
Educa



COLEGIOS
MARIANISTAS



RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA

-  + 
-  + 
-  + 

-  + 
-  + 
-  + 

-  + 
-  + 
-  + 

CENA

-  + 
-  + 
-  + 

-  + 
-  + 
-  + 

-  + 
-  + 
-  + 



fruta



lácteo



lácteo



fruta

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL
PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com