

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis (ECOLÓGICO) con tomate y atún Ternera a la jardinera <i>Fruta fresca</i>	Lentejas con chorizo Merluza al horno <i>Lácteo</i>	Crema de verduras Pechuga de pavo al horno o a la plancha <i>Fruta fresca</i>	Lentejas con chorizo Tortilla de calabacín con rueda de ensalada <i>Fruta fresca</i>	Garbanzos con espinacas Emperador a la plancha con rueda de ensalada <i>Postre casero</i>
8	9	10	11	12
Judías verdes salteadas Cinta fresca de lomo <i>Fruta fresca</i>	Espirales con champiñones Bacalao a la vizcaína <i>Fruta fresca</i>	Sopa de cocido Garbanzos con patata <i>Fruta fresca</i>	Arroz con verduras Jurel <i>Lácteo</i>	FESTIVO NTRA SRA DEL PILAR FIESTA NACIONAL DE ESPAÑA
15	16	17	18	19
Coditos a la boloñesa Gallo al horno <i>Fruta fresca</i>	Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes Bistec de ternera <i>Lácteo</i>	Lentejas con verduras Tortilla de atún <i>Fruta fresca</i>	Patatas guisadas con verduras Estofado de ternera con champiñones <i>Fruta fresca</i>	Alubias pintas empedradas Calamares a la andaluza <i>Postre casero</i>
22	23	24	25	26
Lentejas estofadas Estofado de ternera con champiñones <i>Fruta fresca</i>	Arroz a la milanesa Jurel encebollado <i>Fruta fresca</i>	Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla <i>Fruta fresca</i>	Crema de calabacín con picatostes Cinta de lomo con patatas asadas <i>Lácteo</i>	Macarrones a la crema Bacalao con tomate <i>Postre casero</i>
29	30	31	<p><i>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</i></p>	
Espirales con tomate y queso rallado Merluza en salsa verde <i>Fruta fresca</i>	Alubias blancas con verduras Cinta fresca de lomo al horno <i>Lácteo</i>	Patatas (ECOLÓGICO) guisadas con choco Tortilla francesa <i>Fruta fresca</i>		

¡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