

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

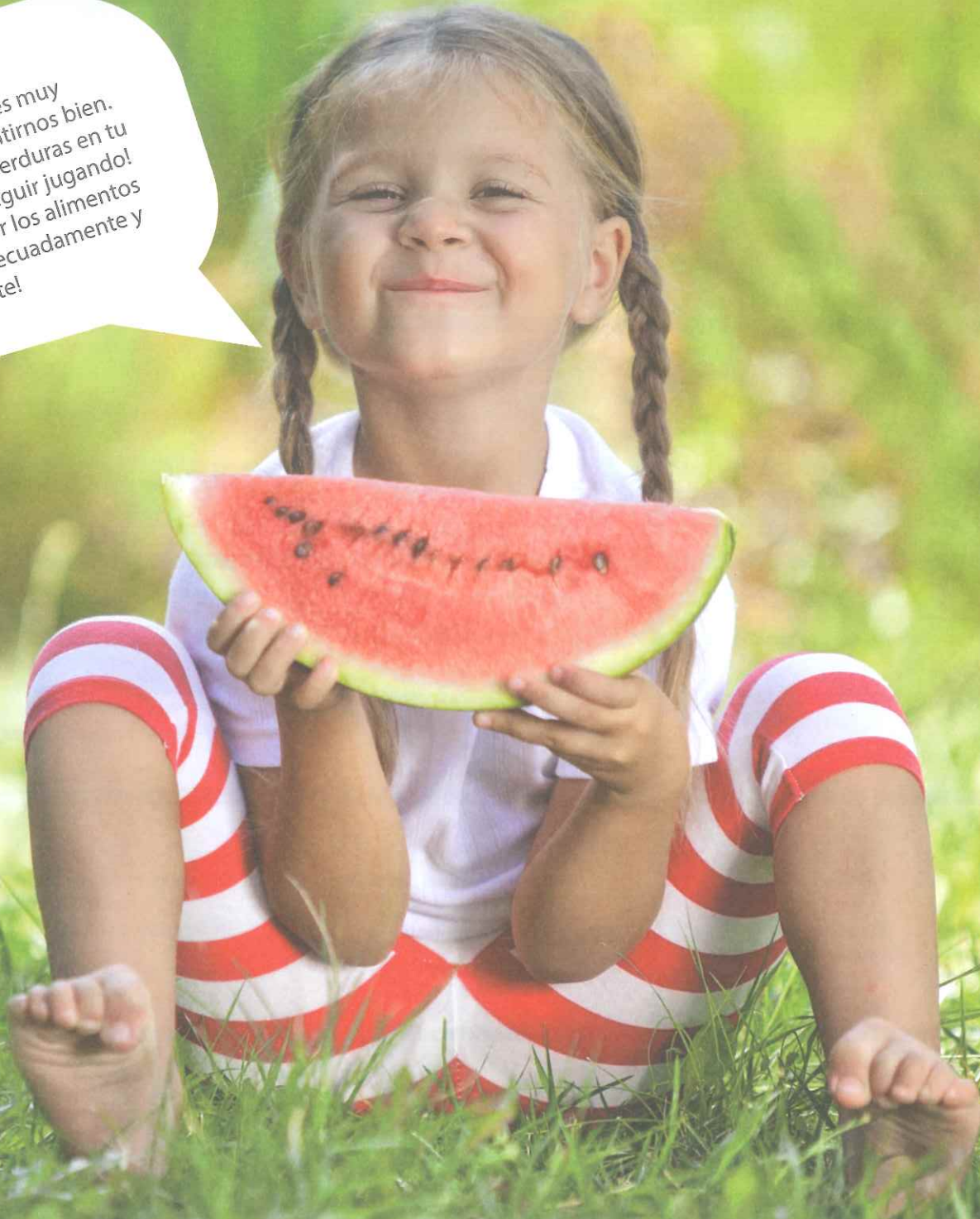
JUEVES

VIERNES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
NO LECTIVO	Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes Bistec de ternera con patatas dado	Lentejas con verduras Tortilla de atún con rueda de ensalada	Patatas guisadas con verduras Hamburguesa de ternera con rueda de ensalada	Alubias pintas empedradas Calamares a la andaluza con cebolla caramelizada
	<i>Lácteo</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Postre casero</i>
14	15	16	17	18
Lentejas estofadas Estofado de ternera con champiñones	Arroz a la milanesa Jurel empanado con rueda de ensalada	Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla con rueda de ensalada	Crema de calabacín con picatostes Cinta de lomo con patatas (ECOLÓGICO) asadas	Macarrones a la crema Bacalao con tomate
<i>Fruta fresca</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Lácteo</i>	<i>Postre casero</i>
21	22	23	24	25
Espirales con tomate y queso rallado Merluza en salsa verde	Alubias blancas con chorizo Cinta fresca de lomo con patatas fritas	Patatas (ECOLÓGICO) guisadas con choco Tortilla francesa con queso y tomate aliñado	Sopa de picadillo Albóndigas en salsa con verduritas salteadas	Garbanzos con patatas Gallo rebozado con rueda de ensalada
<i>Fruta fresca</i>	<i>Lácteo</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Postre casero</i>
28	29	30	31	
Coliflores al graten Lomo adobado con patatas fritas	Arroz con verduras Skipper de bacalao con rueda de ensalada	Empedrado de alubias pintas Tortilla de patata con rueda de ensalada	Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes Bistec de ternera con patatas dado	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>Fruta fresca</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Fruta fresca</i>	<i>Lácteo</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!



RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA

CENA

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

serunion educa



COLEGIOS
MARIANISTAS

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL
PARA FAMILIAS

902 360 030

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