

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>01</p> <p>Coditos en blanco</p> <p>Merluza al horno con verduritas wok</p> <p>Yogur natural</p>	<p>02</p> <p>Crema de champiñones con picatostes</p> <p>Pollo al horno con patatas dado</p> <p>Yogur natural</p>	<p>03</p> <p>Lentejas con patatas</p> <p>Tortilla francesa con rueda de ensaladas</p> <p>Yogur natural</p>	<p>04</p> <p>Crema de acelgas</p> <p>Filete de ternera con rueda de ensaladas</p> <p>Yogur natural</p>	<p>05</p> <p>Sopa de ave con arroz</p> <p>Pescado al horno con ensalada</p> <p>Yogur natural</p>
<p>08</p> <p>Lentejas con patatas</p> <p>Filete de ternera con ensalada</p> <p>Yogur natural</p>	<p>09</p> <p>Arroz en blanco</p> <p>Jurel empanado con ensalada</p> <p>Yogur natural</p>	<p>10</p> <p>Crema de acelgas</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Yogur natural</p>	<p>11</p> <p>Crema de champiñón con picatostes</p> <p>Cinta de lomo con patatas (ECOLÓGICO) asadas</p> <p>Yogur natural</p>	<p>12</p> <p>VACACIONES</p>
<p>15</p> <p>VACACIONES</p>	<p>16</p> <p>VACACIONES</p>	<p>17</p> <p>VACACIONES</p>	<p>18</p> <p>JUEVES SANTO</p>	<p>19</p> <p>VIERNES SANTO</p>
<p>22</p> <p>VACACIONES</p>	<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Tortilla francesa con rueda de ensaladas</p> <p>Yogur natural</p>	<p>25</p> <p>Crema de patatas (ECOLÓGICO) con picatostes</p> <p>Pollo en salsa con patatas dado</p> <p>Yogur natural</p>	<p>26</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p>Yogur natural</p>
<p>29</p> <p>Espaguetis (ECOLÓGICO) en blanco</p> <p>Ternera a la plancha con ensalada</p> <p>Yogur natural</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con patatas</p> <p>Merluza al horno con patatas</p> <p>Yogur natural</p>			<p>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.</p>

¡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

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +



fruta



lácteo



lácteo



fruta

serunion educa



COLEGIOS
MARIANISTAS

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL
PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com