

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

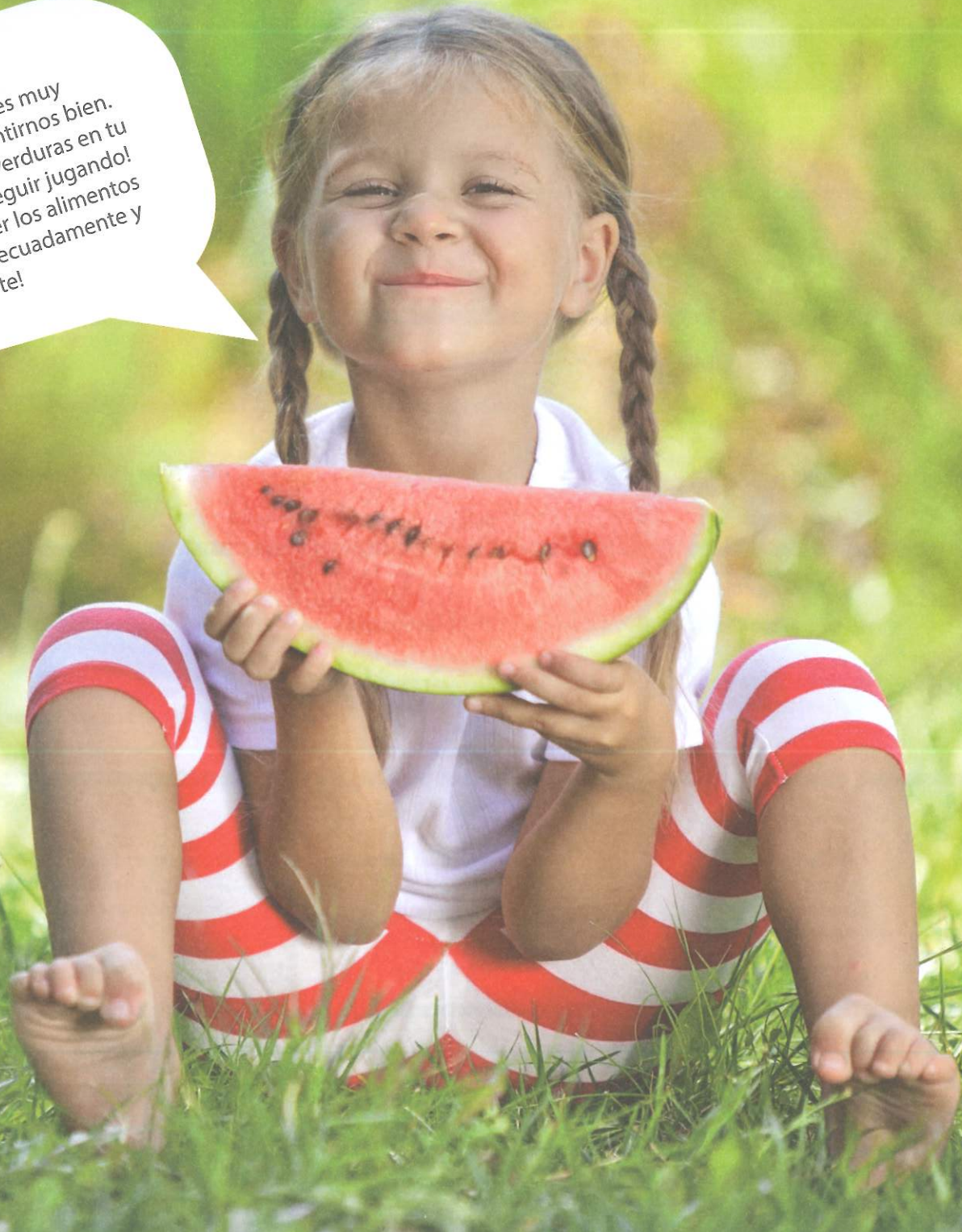
VIERNES

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.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				FESTIVO
4	5	6	7	8
Lentejas viudas	Crema de acelgas	Coditos en blanco	Brócoli salteado	Arroz blanco
Tortilla francesa casera con lechuga iceberg	Pechuga de pavo al horno con cous-cous en blanco	Bacalao al horno con calabacín asado	Filete de ternera a la plancha con lechuga iceberg	Filete de merluza a la plancha con lechuga iceberg
<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>
11	12	13	14	15
Macarrones en blanco	Crema de calabacín	Acelgas salteadas	Caldo de ave con pasta	Arroz blanco
Filete de merluza a la plancha con lechuga iceberg	Filete de cerdo a la plancha con champiñones salteados	Tortilla francesa casera con arroz blanco salteado	Filete de pollo al horno con lechuga y aceitunas	Emperador a la plancha con lechuga iceberg
<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>
18	19	20	21	22
Lentejas viudas	Arroz blanco	Acelgas salteadas	Caldo de ave con pasta	Espirales en blanco
Tortilla francesa casera con champiñones salteados	Filete de merluza a la plancha con lechuga iceberg	Jamoncitos de pollo al horno con arroz blanco	Filete de ternera a la plancha con patatas cocidas	Cazón en adobo con lechuga iceberg
<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>
25	26	27	28	29
Crema de coliflor	Lentejas viudas	Arroz blanco	Macarrones en blanco	Caldo de ave con pasta
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga iceberg	Bacalao al horno con lechuga iceberg	Tortilla francesa casera con champiñones salteados	Merluza al horno con lechuga iceberg	Cinta de lomo a la plancha con arroz blanco
<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</i>	<i>Yogur natural</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