

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Crema de calabacín con picatostes Lomo asado en su jugo con patatas asadas (ecológicas) <i>Fruta fresca</i>	2 Potaje de garbanzos Huevos mimosa gratinados con ensalada <i>Yogur</i>	3 Sopa con picadillo de huevo y york Salchichas frescas de cerdo con lechuga cebolla y aceituna <i>Fruta fresca</i>	4 Paella de verduras Emperador con ajo y limón con lechuga, tomate y maíz <i>Flan de huevo casero</i>
7 Lentejas estofadas con Chorizo Tortilla francesa con queso y ensalada de tomate aliñado <i>Fruta fresca</i>	8 Arroz con tomate casero Merluza en salsa verde con guisantes y huevo duro <i>Yogur</i>	9 Crema de verdura Pechuga de pavo al horno con ensalada de tomate, zanahoria y maíz <i>Fruta fresca</i>	10 Sopa de pasta Garbanzos estofados <i>Fruta fresca</i>	11 Espirales carbonara Cazón en adobo con ensalada de frutas <i>Mousse de limón</i>
14 Crema Dubarry Filete de lomo con ensalada (lechuga, tomate y zanahoria) <i>Yogur</i>	15 Alubias blancas estofadas Bacalao al horno con lechuga, tomate, maíz y pepino <i>Fruta fresca</i>	16 Paella de verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (lechuga, tomate y soja) <i>Fruta fresca</i>	17 Macarrones con tomate Merluza al horno con lechuga, tomate y atún <i>Fruta fresca</i>	18 Sopa de picadillo Albóndigas en salsa con verduritas y arroz integral salteado <i>Aspic de frutas con gelatina de fresa</i>
21 Espaguetis (ECOLÓGICO) con tomate y atún Estofado de ternera a la jardinera <i>Fruta fresca</i>	22 Lentejas con chorizo Filete de merluza al horno con ensalada italiana (lechuga, tomate, queso, huevo, orégano) <i>Yogur</i>	23 Crema de verduras con picatostes Filete de lomo a la plancha con patatas a la gallega <i>Fruta fresca</i>	24 Arroz caldoso a la marinera Tortilla de patata y calabacín con ensalada Toscana (lechuga, tomate y zanahoria y york) <i>Fruta fresca</i>	25 Garbanzos con calabaza Hamburguesa con rueda de ensalada (lechuga, soja y maíz) <i>Bizcocho casero</i>
28 Judías verdes salteadas con bacón Magro de cerdo estofado con zanahoria baby y patata dado <i>Fruta fresca</i>	29 Arroz con salsa de tomate Bacalao empanado con lechuga tomate y maíz <i>Fruta fresca</i>	30 NO LECTIVO	31 NO LECTIVO	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