

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

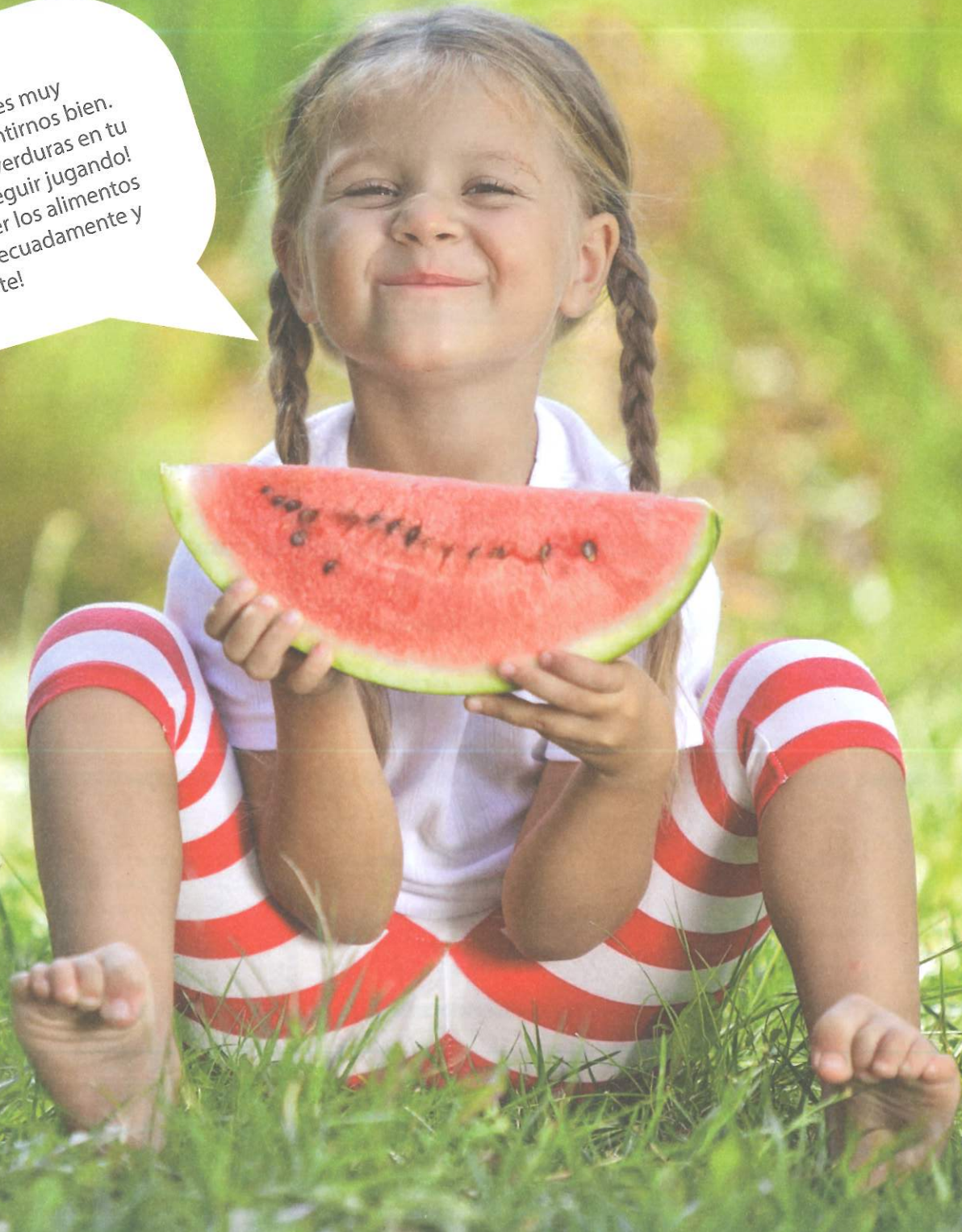
VIERNES

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
<p>4</p> <p>Lentejas a la jardinera</p> <p>Tortilla española con ensalada César</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>11</p> <p>Macarrones a la napolitana (cebolla, tomate natural, queso)</p> <p>Pastel de pescado con ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>18</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla francesa con queso y tomate natural aliñado</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>25</p> <p>Crema Dubarry</p> <p>Filete de cerdo a la plancha con ensalada</p> <p><i>Yogur</i></p>	<p>5</p> <p>Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes</p> <p>Cinta de lomo a la plancha con cous-cous</p> <p><i>Yogur</i></p> <p>12</p> <p>Crema de calabacín con picatostes</p> <p>Lomo asado en su jugo con patata asada (ecológica)</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>19</p> <p>Arroz con tomate casero</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes y huevo duro</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>26</p> <p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Bacalao al horno con ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p>	<p>6</p> <p>Coditos con tomate</p> <p>Bacalao al horno con ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>13</p> <p>Potaje de garbanzos</p> <p>Huevos mimosa gratinados con ensalada</p> <p><i>Yogur</i></p> <p>20</p> <p>Crema de verdura</p> <p>Cinta de lomo a la plancha con ensalada</p> <p><i>Yogur</i></p> <p>27</p> <p>Paella de pollo</p> <p>Tortilla francesa con queso y ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p>	<p>7</p> <p>Alubias pintas empedradas</p> <p>Hamburguesa de ternera con ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>14</p> <p>Sopa de picadillo de huevo y york</p> <p>Salchichas frescas de cerdo con ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>21</p> <p>Repollo al ajo arriero</p> <p>Filete de ternera a la plancha con patata y zanahoria al vapor</p> <p><i>Fruta fresca</i></p> <p>28</p> <p>Macarrones con tomate</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p><i>Fruta fresca</i></p>	<p>1</p> <p>FESTIVO</p> <p>8</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Calamares a la andaluza con ensalada</p> <p><i>Macedonia de frutas casera</i></p> <p>15</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Emperador con ajo y limón con ensalada</p> <p><i>Flan de huevo casero</i></p> <p>22</p> <p>Espirales carbonara</p> <p>Cazón en adobo con ensalada tropical (fruta)</p> <p><i>Mousse de limón</i></p> <p>29</p> <p>Sopa de picadillo</p> <p>Cinta de lomo a la plancha con arroz integral salteado</p> <p><i>Aspic de frutas con gelatina de fresa</i></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!



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