

LUNES

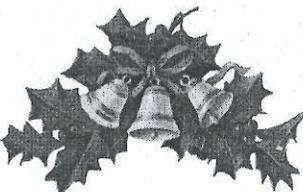
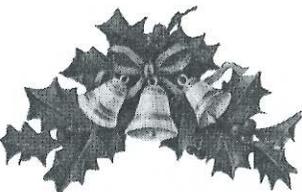
MARTES

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.

<p>02</p> <p>Espaguetis (ECOLÓGICO) con tomate y atún</p> <p>Estofado de ternera a la jardinera</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>03</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno con ensalada y huevo</p> <p>Yogur soja</p>	<p>04</p> <p>Crema de verduras con picatostes</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con patatas a la gallega</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>05</p> <p>Arroz caldoso a la marinera</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada toscana</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>06</p> <p>FESTIVO</p>
<p>09</p> <p>FESTIVO</p>	<p>10</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Bacalao empanado con ensalada y maíz</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera</p> <p>Yogur soja</p>	<p>12</p> <p>Espirales con tomate</p> <p>Tortilla francesa con ensalada napolitana</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>13</p> <p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Jurel encebollado con ensalada tropical (frutas)</p> <p>Bizcocho casero sin lactosa</p>
<p>16</p> <p>Lentejas a la jardinera</p> <p>Tortilla española con ensalada César</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>17</p> <p>Crema de verduras (ECOLÓGICO) con picatostes</p> <p>Ragout de pavo al curry con cous-cous</p> <p>Yogur soja</p>	<p>18</p> <p>Coditos a la boloñesa</p> <p>Bacalao al horno con ensalada y remolacha</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>19</p> <p>Alubias pintas empedradas</p> <p>Filete de ternera con ensalada mezclum</p> <p>Fruta fresca</p>	<p>20</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Filete de merluza a la plancha con ensalada y pepinillos</p> <p>Postre especial de Navidad</p>
		<p>¡¡¡ FELIZ NAVIDAD !!!</p>		

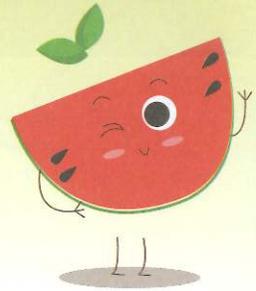
¡A crecer!

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