


		<p>DERIVACION HIPOCALORICA</p>		
	<p>MARTES/ DIMARTS 13 Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Coditos con verduras Tosta integral de atún y tomate Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 14 Kcal 612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi Sopa de ave Pollo al horno con guisantes Fruta Pan integral</p>	<p>JUEVES/ DIJOURS 15 Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Crema de alubias Lomo al horno Fruta Pan integral</p>	<p>VIERNES/ DIVENDRES 16 Kcal 747 Prot 23 Lip 17 HC 123 Ensalada de lechuga, col y zanahoria Arroz con verduras Palometa al horno con ratatouille Yogurt desnatado Pan integral</p>
<p>LUNES/ DILLUNS 19 Kcal 643 Prot 27 Lip 24 HC 74 Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Espirales ECO con atún y tomate Lenguadina al horno con guisantes Fruta Pan integral</p>	<p>MARTES/ DIMARTS 20 Kcal 714 Prot 14 Lip 27 HC 102 Ensalada completa de tomate, cebolla, huevo y atún Paella de verduras Jamón york y queso fresco Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 21 Kcal 630 Prot 25 Lip 27 HC 67 Ensalada de lechuga, y surimi Crema de verduras Pechuga de pollo plancha Fruta Pan integral</p>	<p>JUEVES/ DIJOURS 22 Kcal 701 Prot 28 Lip 32 HC 71 Ensalada de lechuga y remolacha Puchero de rape y calamar con patatas Pollo al horno Fruta Pan integral</p> 	<p>VIERNES/ DIVENDRES 23 Kcal 775 Prot 34 Lip 25 HC 97 Ensalada de lechuga, tomate y jamón york Lentejas ECO con verduras Tortilla francesa Yogurt desnatado Pan integral</p>
<p>LUNES/ DILLUNS 26 Kcal 631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada de lechuga, piña y maíz Crema de boniato Pollo al horno con guisantes y arroz Yogurt desnatado Pan integral</p> 	<p>MARTES/ DIMARTS 27 Kcal 710 Prot 32 Lip 22 HC 93 Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Arroz meloso de pollo y champiñones Merluza plancha Fruta Pan integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 28 Kcal 640 Prot 26 Lip 17 HC 68 Ensalada de lechuga, manzana, surimi Lentejas ECO con verduras Tortilla francesa con zanahoria baby Fruta Pan integral</p>	<p>JUEVES/ DIJOURS 29 MÚSICA INFANTIL: PARCHÍS Ficha verde: Ensalada de lechuga, pepino Ficha roja: Macarrones ECO con tomate y york Ficha azul: Pescado azul (salmón) con eneldo Ficha amarilla: Yogurt desnatado Pan integral</p>	<p>VIERNES/ DIVENDRES 30 Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Crema de legumbres Filete de lomo al horno Fruta Pan integral</p>

PARCHÍS

VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

serunion®



En el comedor del colegio hemos instaurado un nuevo protocolo para cumplir con las nuevas normativas de seguridad y salud.

1 Hemos desarrollado un protocolo de actuación único que ha recibido la certificación AENOR y todo nuestro personal ha recibido formación específica.

2 Aplicamos todas las medidas para mantener el distanciamiento de seguridad y evitar el contacto.

3 Nuestros menús están elaborados por nutricionistas y cumplen rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información



RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
pasta/arroz + carne	verdura + pescado
pasta/arroz + pescado	verdura + huevo
pasta/arroz + huevo	verdura + carne
verdura + carne	pasta/arroz + pescado
verdura + pescado	pasta/arroz + huevo
verdura + huevo	pasta/arroz + carne
legumbres + carne	verdura + pescado
legumbres + pescado	verdura + huevo
legumbres + huevo	verdura + carne
fruta	lácteo
lácteo	fruta

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entidades colaboradoras:

