

MAYO / MAIG 2021

<p>LUNES/DILLUNS 3 Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Ensalada de lechuga y maíz Arroz con pisto de verduras Merluza en salsa de puerros Yogurt Pan blanco</p>	<p>MARTES/DIMARTS 4 Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga, aceituna y pepino Crema de legumbres Lomo a la plancha Fruta Pan integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 5 Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y espárragos Sopa de cocido Pollo con mostaza a la miel con patatas gajo Vasito de helado Pan blanco</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 6 Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún  Lentejas ECO con chorizo Abadejo crujiente casero con zanahoria baby Fruta Pan blanco </p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 7 Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate, surimi Fideuá Tortilla con atún  Plátano de Canarias Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES/DILLUNS 10 Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada de lechuga, piña y maíz Crema de verduras Longanizas de cerdo con coliflor en tempura Yogurt Pan blanco</p>	<p>MARTES/DIMARTS 11 Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria  Lentejas ECO con patata y verdura Hojas de hojaldre con york y mozzarella Fruta Pan integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 1  Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Ensalada completa de lechuga, tomate, atún, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo Arroz al horno Tortilla francesa Yogurt / Pan blanco</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 13  Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Ensalada de pasta ECO Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Fruta Pan blanco</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 14  Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Crema de legumbres Croquetas de bacalao con chips de verduras (Sin setas ni champiñones) Plátano de Canarias Pan blanco</p>
<p>LUNES/DILLUNS 17 Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Sopa de ave Hamburguesa mixta a la plancha con patatas fritas Yogurt Pan blanco</p>	<p>MARTES/DIMARTS 18  Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Ensalada de tomate y queso fresco Crema de calabaza con picastostes Salmon con zanahoria, pimiento y cebolla al papillote Fruta Pan integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 19 Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga, tomate y huevo Lentejas ECO estofadas Tortilla francesa y dados de calabacín Vasito de helado Pan blanco</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 20 Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Tallarines napolitana Jurel al horno Fruta Pan blanco </p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 21 Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Arròs amb fesols i naps Jamón york y queso a la plancha Plátano de Canarias Pan blanco</p>
<p>LUNES/DILLUNS 24 Kcal629 Prot 29 Lip 24 HC 68 Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas Hervido valenciano Pizza de york Yogurt Pan blanco</p>	<p>MARTES/DIMARTS 25 Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97 Ensalada de lechuga, tomate y jamón york Lentejas ECO con verduras y taquitos de jamón Tortilla de patata con verduras al wok (sin setas ni champiñones) Smoothie de sandía Pan integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 26 Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Coditos a los tres quesos Palometa al horno con ratatouille (sin setas ni champiñones) Yogurt Pan blanco</p>	<p>JUEVES 27/DIJOUS 27 DÍA DE LA CELIAQUÍA  Kcal672 Prot 36 Lip 21 HC 79 Ensalada de lechuga, tomate y atún Potaje de garbanzos Pollo asado Fruta Pan sin gluten</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 28 Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123 Ensalada de lechuga, col y zanahoria Arroz a banda Tosta de salmorejo y caballa Plátano de Canarias Pan blanco</p>
<p> LUNES/DILLUNS 31 FESTIVAL SERUNIONVISIÓN Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi Dancing in the rain (sopa de lluvia) Fly on the wings of love (alitas de pollo con salsa barbacoa al horno con guisantes) Micrófono (helado cono choco-vainilla) Pan blanc</p>	<p> REAL FISH Cada mes contaremos con una nueva receta especial para disfrutar del pescado en el comedor.</p>	<p>DERIVACIÓN SIN CHAMPIÑONES SIN SETAS *No se utilizarán champiñón ni otras setas como ingrediente ni en ningún plato.</p>		

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:

