


MAYO / MAIG 2021

<p>LUNES/DILLUNS 3 Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Ensalada de lechuga y maíz Arroz con pasta de verduras Merluza en salsa de puerros Yogurt</p>	<p>MARTES/DIMARTS 4 Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga, aceituna y pepino Crema de verduras Lomo a la plancha con champiñones Fruta</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 5 Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y espárragos Sopa de ave (fideos sin gluten) Pollo al horno con patatas gajo Palmera de chocolate (sin alérgenos)</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 6 Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún Garbanzos con verduras Abadejo a la plancha con zanahoria baby Fruta</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 7 Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate Fideuá (fideos sin gluten) Tortilla con atún Plátano de Canarias</p>
<p>LUNES/DILLUNS 10 Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada de lechuga, piña y maíz Crema de verduras Longanizas de ave sin alérgenos con salteado de coliflor Yogurt</p>	<p>MARTES/DIMARTS 11 Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria Garbanzos con patata y verdura Pizza SG de atún Fruta</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 (sin fiambre, sin embutido) Tortilla francesa Yogurt</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 13 Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Ensalada de pasta (sin gluten) Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Fruta</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 14 Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Crema de verduras Pescado a la plancha con chips de verduras Plátano de Canarias</p>
<p>LUNES/DILLUNS 17 Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Sopa de verduras (fideos sin gluten) Hamburguesa de ave sin alérgenos a la plancha con patatas fritas Yogurt</p>	<p>MARTES/DIMARTS 18 Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Ensalada de tomate y queso fresco Crema de calabaza Salmón con zanahoria, pimiento y cebolla al papillote Fruta</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 19 Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga, tomate y huevo Garbanzos ECO con verduras Tortilla francesa y dados de calabacín Palmera de chocolate (sin alérgenos)</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 20 Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Tallarines (sin gluten) napolitana Jurel al horno Fruta</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 21 Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Arròs amb fesols i naps (sin embutido, sin fiambre) Jamón serrano y queso fresco Plátano de Canarias</p>
<p>LUNES/DILLUNS 24 Kcal629 Prot 29Lip 24HC 68 Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas Crema de verduras Pizza SG de atún Yogurt</p>	<p>MARTES/DIMARTS 25 Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97 Ensalada de lechuga, tomate Hervido valenciano Tortilla de patata con verduras al wok Smoothie de sandía</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 26 Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Coditos (Sin gluten) con verduritas Palometa al horno con ratatouille Yogurt</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</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 28 Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123 Ensalada de lechuga, col y zanahoria Arroz a banda Jamón serrano y queso fresco Plátano de Canarias</p>
<p>LUNES/DILLUNS 31 FESTIVAL SERUNIONVISIÓN Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla Dancing in the rain (sopa de ave con fideos sin gluten) Fly on the wings of love (pollo al horno con guisantes) Micrófono (Palmera de chocolate sin alérgenos)</p>	<p>REAL FISH Cada mes contaremos con una nueva receta especial para disfrutar del pescado en el comedor.</p>	<p>DERVACIÓN SIN GLUTEN</p>	<p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrados o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos. *Las salsas se ligan con maicena. *Las tortillas son caseras. *Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos</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:

