

**MAYO / MAIG 2021**

<p><b>LUNES/DILLUNS 3</b> 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><b>MARTES/DIMARTS 4</b> Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga, aceituna y pepino Crema de verduras Lomo a la plancha con champiñones Fruta Pan integral </p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 5</b> Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y espárragos Sopa de ave Pollo al horno con patatas gajo Palmera de chocolate (sin alérgenos) Pan blanco</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 6</b> Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún  <b>Hervido valenciano (sin judías verdes)</b> Abadejo crujiente casero con zanahoria baby Fruta Pan blanco</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 7</b> Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate Fideuá Tortilla con atún  <b>Plátano de Canarias</b> Pan blanco-Pa</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 10</b> 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 Pan blanco</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 11</b> Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria <b>Hervido valenciano (sin judías verdes)</b> Tosta de tomate y atún Fruta Pan integral </p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 1</b>  Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Ensalada completa de lechuga, tomate, atún, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo Arroz al horno (sin garbanzos) Tortilla francesa Yogurt / Pan blanco</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 13</b> Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 <b>Ensalada de pasta ECO</b> Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Fruta Pan blanco </p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 14</b>  Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Hervido valenciano (sin judías verdes) Croquetas de bacalao con chips de verduras <b>Plátano de Canarias</b> Pan blanco</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 17</b> Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Sopa de verduras Hamburguesa de ave sin alérgenos con patatas fritas Yogurt Pan blanco</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 18</b> Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Ensalada de tomate y queso fresco Crema de calabaza  Salmón con zanahoria, pimienta y cebolla al papillote Fruta Pan integral </p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 19</b> Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga, tomate y huevo <b>Hervido valenciano (sin judías verdes)</b> Tortilla francesa y dados de calabacín Palmera de chohcolate (sin alérgenos) Pan blanco</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 20</b> Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Tallarines napolitana <b>Jurel al horno</b> Fruta Pan blanco </p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 21</b> Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Arròs con verduras Jamón york y queso a la plancha <b>Plátano de Canarias</b> Pan blanco</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 24</b> Kcal629 Prot 29 Lip 24 HC 68 Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas Crema de verduras Pizza de york Yogurt Pan blanco</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 25</b> Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97 Ensalada de lechuga, tomate y jamón york <b>Hervido valenciano (sin judías verdes)</b>  Tortilla de patata con verduras al wok <b>Smoothie de sandía</b> Pan integral </p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 26</b> Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Coditos con verduras Palometa al horno con ratatouille Yogurt Pan blanco</p>	<p><b>JUEVES 27/DIJOUS 27</b> <b>DÍA DE LA CELIAQUÍA</b>  Kcal672 Prot 36 Lip 21 HC 79 Ensalada de lechuga, tomate y atún Sopa de ave Pollo asado Fruta Pan sin gluten</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 28</b> Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123 Ensalada de lechuga, col y zanahoria Arroz a banda Tosta de salmorejo y caballa <b>Plátano de Canarias</b> Pan blanco</p>
<p> <b>LUNES/DILLUNS 31</b> <b>FESTIVAL SERUNIONVISIÓN</b> Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77 Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla Dancing in the rain (sopa de ave) Fly on the wings of love (pollo al horno) Micrófono (Palmera de chocolate sin alérgenos) Pan blanc</p>	<p><b>REAL FISH</b> Cada mes contaremos con una nueva receta especial para disfrutar del pescado en el comedor. </p>	<p><b>DERIVACIÓN</b> SIN LEGUMBRES SIN FRUTOS SECOS</p>	<p>*No se utiliza aceite de girasol en las elaboraciones. * El menú servido no contiene frutos secos. *Los lácteos no llevan frutos secos. *Las ensaladas no contienen frutos secos, picatostes, surimis ni salses *No se utilizarán las legumbres como ingrediente</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:

