

JUNIO / JULY 2021

 <p>EL VERANO ¡AL COMPÁS! <i>¡Refrescaba la mesa del verano!</i></p> <p>serunion®</p>	<p>MARTES/DIMARTS 1 Kcal643 Prot 27 Lip 24 HC 74 Ensalada de pasta ECO (con espirales) completa Amanida de pasta ECO (amb espirals) completa Lenguadina en salsa verde con guisantes Lenguadina amb salsa verda i pèsols Fruta – Fruita Pan integral – Pa integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 2 Kcal714 Prot 14 Lip 27 HC 102 Ensalada completa de tomate, lechuga y huevo Amanida completa de tomaca, encisam i ou Paella valenciana Paella valenciana Pechuga de pavo y queso fresco Pit de titot i formatge fresc Yogurt - Iogurt Pan blanco-Pa</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 3 Kcal630 Prot 25 Lip 27 HC 67 Ensalada de lechuga, y surimi Amanida d'encisam i surimi Crema de verduras Crema de verdure Escalope de pollo empanado casero Escalopa de pollastre empanat casolà Fruta - Fruita Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 4 Kcal701 Prot 28 Lip 32 HC 71 Ensalada de lechuga y remolacha Amanida d'encisam i remolatxa Sopa de pescado Sopa de peix Ragout de ternera con patatas dado Ragout de vedella amb creïlles dau Plátano de Canarias-Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES/DILLUNS 7 Kcal767 Prot 21 Lip 33 HC90 Ensalada de lechuga y bacon Amanida d'encisam i bacon Crema de calabacín Crema de carabasseta Albóndigas en salsa con guisantes y arroz Mandonguilles en salsa amb pèsols i arròs Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES/DIMARTS 8 Kcal 640 Prot 26 Lip 17 HC 68 Ensalada de lechuga, manzana, surimi Amanida d'encisam, poma i surimi Garbanzos con verduras Cigrons amb verdure Tortilla francesa Truitada francesa Fruta – Fruita Pan integral – Pa integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 9 Kcal710 Prot 32 Lip 22 HC 93 Ensalada de lechuga, tomate y mozzarella grano Amanida d'encisam, tomaca i mozzarella Arroz meloso de pollo y champiñones Arròs melós de pollastre i xampinyons Croquetas Croquetes Fruta - Fruita Pan blanco-Pa</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 10 Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Amanida d'encisam, poma i carlota Lentejas ECO estofadas Lentilles ECO estofades Aguja de cerdo filete al horno Aguja de porc filete al forn Horchata Orxata Pan blanco-Pa  </p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 11 Kcal689 Prot 26 Lip 20 HC 99 Ensalada de lechuga, tomate, pepino Amanida d'encisam, tomaca i cogombre Macarrones ECO con tomate y york Macarrons ECO amb tomaca i pernil dolç Abadejo crujiente casero Abadejo cruixent casolà Plátano de Canarias-Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES/DILLUNS 14 Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Ensalada de lechuga y maíz Amanida d'encisam i dacsa Arroz con pinto de verduras Arròs amb sanfaina de verdure Merluza en salsa de puerros Lluç amb salsa de porros Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES/DIMARTS 15 Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga, aceituna y pepino Amanida d'encisam, oliva i cogombre Crema de legumbres Crema de llegums Lomo en salsa de queso con champiñones Llom en salsa de formatge amb xampinyons Fruta – Fruita Pan integral – Pa integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 16 Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y espárragos Amanida d'encisam i espàrrrecs Sopa de cocido Sopa d'olla Pollo con mostaza a la miel con patatas gajo Pollastre amb mostassa a la mel amb creïlles Vasito de helado- Gotet de gelat Pan blanco-Pa</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 17 Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún Amanida d'encisam i tonyina Lentejas ECO con chorizo Lentilles ECO amb xoriço Gallo San Pedro a la madrileña Gall San Pere a la madrilenya Fruta - Fruita Pan blanco-Pa  </p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 18 Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate, surimi Amanida d'encisam, tomaca i surimi Fideuá Fideuá Tortilla con atún Truitada amb tonyina Plátano de Canarias-Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa </p>
<p>LUNES/DILLUNS 21 Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada de lechuga, piña y maíz Amanida d'encisam, pinya i dacsa Ensaladilla rusa Ensalada russa Longanizas de cerdo con coliflor en tempura Llonganisses de porc amb floricol en tempura Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES/DIMARTS 22 Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria Amanida d'encisam i carlota Lentejas ECO con patata y verdura Lentilles ECO amb creïlla i verdura Milhojas de hojaldre con york y mozzarella Pasta fullada amb pernil dolç i mozzarella.la Plátano de Canarias-Plàtan de Canàries Pan integral – Pa integral </p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 23 Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Ensalada de lechuga, tomate y atún, Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Arroz al horno Arròs al forn Tortilla francesa Truitada francesa Vasito de helado- Gotet de gelat Pan blanco-Pa </p>	<p>FRUTA DE Temporada ACEITE de OLIVA virgen extra Ecologica Pescado Azul rico en Omega-3 RECETA tradicional HORNO tradicional Alimentos integrales  </p>	<p>¡ FELIZ VERANO ! Nos vemos en Septiembre </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:

