

Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor



4

5

FESTIVO

DE REYES

6
DIA

7

8

11

Espaguetis napolitana
Bacaladilla
Lechuga, zanahoria y pepino
Pan
Fruta fresca

631,6Kcal - Prot:28,8g - Lip:22,9g - HC:75,2g AGS:6,4g -
Azúcares:9,8g - Sal:2,1g

12

Ensalada completa
Arroz con bacalao
Pan integral
Fruta fresca

633,9Kcal - Prot:24,3g - Lip:20,6g - HC:82,8g AGS:3,4g -
Azúcares:10,3g - Sal:1,6g

13

Crema de verduras
Estofado de pavo en salsa
Lechuga, tomate y maíz
Pan
Postre lacteo

574,9Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,7g - HC:65,0g AGS:6,1g -
Azúcares:26,5g - Sal:1,9g

14

Sopa de fideos
Filete de lomo de cerdo al orégano con chips
caseros
Lechuga, tomate y maíz
Pan integral
Fruta fresca

740,3Kcal - Prot:32,7g - Lip:31,6g - HC:73,6g AGS:8,5g -
Azúcares:10,5g - Sal:3,2g

15

Guiso de pollo
Filete de merluza
Lechuga, tomate y aceitunas
Pan
Fruta fresca

449,7Kcal - Prot:24,2g - Lip:18,3g - HC:44,2g AGS:3,7g -
Azúcares:10,4g - Sal:2,1g

18

Lentejas de la abuela (plato tradicional)
Tortilla de patatas
Lechuga, tomate y atún
Pan
Fruta fresca

723,7Kcal - Prot:34,5g - Lip:33,4g - HC:66,0g AGS:8,4g -
Azúcares:11,0g - Sal:2,2g

19

Estofado de ternera
Buñuelos de bacalao
Lechuga, tomate y maíz
Pan integral
Fruta fresca

679,8Kcal - Prot:19,1g - Lip:32,8g - HC:71,9g AGS:7,3g -
Azúcares:11,0g - Sal:3,3g

20

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Lechuga, tomate y aceitunas
Pan
Fruta fresca

609,4Kcal - Prot:21,6g - Lip:23,1g - HC:73,0g AGS:6,1g -
Azúcares:13,1g - Sal:1,9g

21

Ensalada tropical (lechuga, maíz, piña y york)
Arroz con magra y verduras de proximidad
Pan integral
Postre lacteo

650,1Kcal - Prot:28,5g - Lip:17,9g - HC:91,4g AGS:5,9g -
Azúcares:24,3g - Sal:1,9g

22

Ensalada de pasta con lechuga,maiz, tomate,
york y queso
Merluza a la murciana
Lechuga, tomate y remolacha
Pan

Fruta fresca
530,5Kcal - Prot:28,0g - Lip:15,1g - HC:65,4g AGS:3,9g -
Azúcares:12,4g - Sal:2,0g

25

Arroz a la cubana con tortilla
Salchichas Frankfurt
Lechuga, tomate y remolacha
Pan
Fruta fresca

680,3Kcal - Prot:21,9g - Lip:29,6g - HC:79,7g AGS:7,8g -
Azúcares:9,0g - Sal:2,3g

26

Puchero de lentejas a la riojana
Bacalao al graten con flores de maíz
Lechuga, zanahoria y pepino
Pan integral
Fruta fresca



724,0Kcal - Prot:28,4g - Lip:37,5g - HC:62,1g AGS:7,8g -
Azúcares:10,9g - Sal:2,2g

27

Crema de zanahoria
Rustidera de muslitos de pollo a la provenzal
Lechuga, tomate y atún
Pan
Postre lacteo

586,8Kcal - Prot:32,5g - Lip:23,6g - HC:58,6g AGS:6,8g -
Azúcares:26,2g - Sal:1,7g

28

Macarrones ecológicos napolitana
Calamar romana
Lechuga, tomate y maíz
Pan integral
Fruta fresca

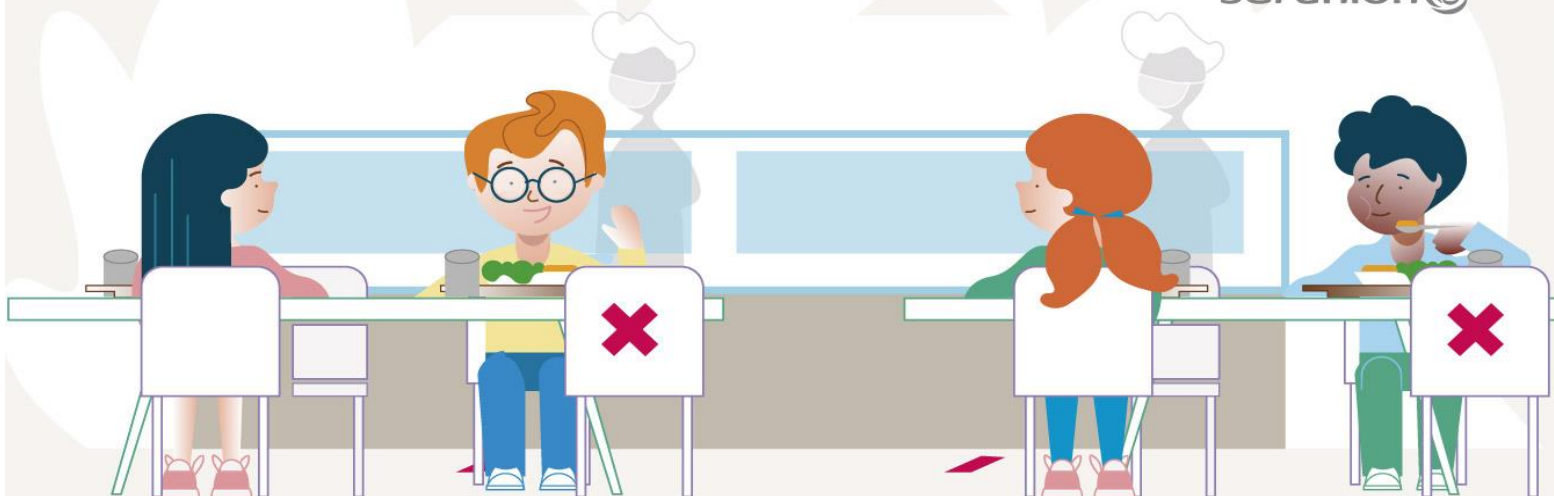
525,3Kcal - Prot:23,6g - Lip:15,8g - HC:68,7g AGS:2,6g -
Azúcares:10,6g - Sal:2,1g

29

NO LECTIVO

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:

