

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:



	<p>REAL FISH</p> <p>Cada mes contaremos con una nueva receta especial para disfrutar del pescado en el comedor.</p> <p>Cada mes comptarem amb una nova recepta especial per gaudir del peix al menjador.</p> 	 <p>serunion@</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 01</p> <p>KJ 3412 Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77</p> <p>Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Amanida d'encisam, poma i carlota Alubias salteadas con patata y cebolla Fesols saltades amb creïlla i ceba Jamón braseado con coliflor en tempura Pernil braseado amb floricol en tempura Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 02</p> <p>KJ 2885 Kcal689 Prot 26 Lip 20 HC 99</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y pepino Amanida d'encisam, tomata i cogombre Macarrones ECO con tomate y jamón york Macarrons ECO amb tomata i pernil dolç Bacalao al horno con cebolla caramelizada Abadejo al forn amb ceba caramelitzada Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>
<p>LUNES/DILLUNS 05</p> <p>KJ 2633 Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73</p> <p>Ensalada de lechuga, aceituna y pepino Amanida d'encisam, olives i cogombre Arroz a la cubana Arròs a la cubana Quesos variados Formatges variats Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MARTES/DIMARTS 06</p> <p>KJ 2918 Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz Amanida d'encisam i dacsá Garbanzos con espinacas Cigrons amb espinacs Halibut al horno con champiñones Halibut al forn amb xampinyons Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 07</p> <p>KJ 2525 Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70</p> <p>Ensalada de lechuga y espárragos Amanida d'encisam i espàrrecs Sopa de cocido Sopa d'olla Pollo con patatas gajo Pollastre amb creïlles galló Yogurt-logurt Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 08</p> <p>KJ 2901 Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63</p> <p>Ensalada de lechuga y atún Amanida d'encisam i tonyina Lentejas ECO con chorizo Lentilles ECO amb xoriço Merluza con verduras Lluç amb verdures Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 09</p> <p>FESTIVO FESTIU</p>
<p>LUNES/DILLUNS 12</p> <p>FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES/DIMARTS 13</p> <p>KJ 2910 Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria Amanida d'encisam i carlota Lentejas a la mediterránea Llentilles a la mediterrània Tortilla francesa y dados de calabacín Trita francesa i daus de carabasseta Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 14</p> <p>KJ 2947 Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100</p> <p>Ensalada completa de lechuga, tomate, atún, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo Amanida completa d'encisam, tomata, tonyina, olives, dacsá, carlota i ou Arroz al horno Arròs al forn Yogurt-logurt Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 15</p> <p>KJ 3400 Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Amanida d'encisam, tomata i olives Espaguetis ECO con tomate Espaguetis ECO amb tomata Merluza con mahonesa y zanahoria Lluç amb maionesa i carlota Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 16</p> <p>KJ 2813 Kcal672 Prot 36 Lip 21 HC 79</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y jamón york Amanida d'encisam, tomata i pernil dolç Potaje de garbanzos Potatge de cigrons Pollo asado con quinoa ECO y verduras Pollastre torrat amb quinoa ECO i verdures Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>
<p>LUNES/DILLUNS 19</p> <p>KJ 3144 Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96</p> <p>Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Amanida d'encisam, ceba i tomata Sopa de verduras Sopa de verduras Salmón con zanahoria, pimiento y cebolla al papillote Salmó amb carlota, pimentó i ceba al papillote Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MARTES/DIMARTS 20</p> <p>KJ 2529 Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72</p> <p>Ensalada de tomate y queso fresco Amanida de tomata i formatge fresc Crema de calabaza con picastostes Crema de carabassa amb rostes Hamburguesa con patatas chips Hamburguesa amb creïlles xips Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 21</p> <p>KJ 2525 Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y huevo Amanida d'encisam, tomata i ou Garbanzos ECO salteados con cebolla y jamón serrano Cigrons ECO saltats amb ceba i pernil serrà Albóndigas de bacalao con mousse de guisantes Mandonguilles d'abadejo amb mousse de pèsols Yogurt-logurt Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 22</p> <p>KJ 3307 Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y pepino Amanida d'encisam, tomata i cogombre Tallarines napolitana Tallarins napolitana Tortilla francesa y dados de calabacín Trita francesa i daus de carabasseta Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 23</p> <p>KJ 2772 Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y maíz Amanida d'encisam, tomata i dacsá Arròs amb fesols i naps Arròs amb fesols i naps Jamón york y queso a la plancha Pernil dolç i formatge a la planxa Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>
<p>LUNES/DILLUNS 26</p> <p>KJ 2633 Kcal629 Prot 29Lip 24HC 68</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas Amanida d'encisam, tomata, ceba i olives Guisadito de sepia Guisat de sépia Tortilla con champiñones Trita amb xampinyons Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MARTES/DIMARTS 27</p> <p>KJ 2826 Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y atún Amanida d'encisam, tomata i tonyina Fabada asturiana Fabada asturiana Entremeses Entremessos Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 28</p> <p>Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78</p> <p>Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Amanida d'encisam, poma i carlota Coditos a los tres quesos Colzets als tres formatges Merluza con garbanzos a la cazuela Lluç amb cigrons a la cassola Yogurt-logurt Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p> 	<p>JUEVES/DIJOUS 29</p> <p>KJ 2562 Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla y surimi Amanida d'encisam, carlota, ceba i surimi Sopa de puchero con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Longanizas de ave con pisto de verduras Llonganisses d'au amb samgaina de verdures Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 30</p> <p>KJ 3127 Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123</p> <p>Ensalada de lechuga, col y zanahoria Amanida d'encisam, col i carlota Arroz a banda Arròs a banda Pechuga de pollo empanada con verduras Pit de pollastre empanat amb verdures Fruta-Fruita Pan blanco / Pan integral-Pa / Pa integral</p>