

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><i>Todas nuestras ensaladas están aliñadas con aceite de oliva virgen extra del parque natural de la Sierra Calderona</i></p>	<p>DERIVACIÓN/DERIVACIÓ SIN FRUTOS SECOS/SENSE FRUITS</p> <p>SECS</p> <p>*No se cocinará, ni se aliñarán las ensaladas con aceite de girasol.</p> <p>*No se utilizarán frutos secos como ingrediente.</p> <p>*Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>			<p>VIERNES 01/ DIVENDRES 01</p> <p>641,4Kcal - Prot:25,8g - Lip:29,3g - HC:64,8g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Vichyssoise Vichyssoise</p> <p>Albóndigas en salsa de tomate con guisantes Mandonguilles en salsa de tomaca amb pèsols Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES 04/ DILLUNS 04</p> <p>602,5Kcal - Prot:25,3g - Lip:26,9g - HC:61,5g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras</p> <p>Calamares SFS con salsa de tomate Calamars SFS amb salsa de tomaca Yogurt natural/ logurt natural Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES 05/ DIMARTS 05</p> <p>636,0Kcal - Prot:17,7g - Lip:32,2g - HC:64,9g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas Fesols estofats</p> <p>Tortilla paisana con jamón serrano Trita paisana amb pernil Fruta ECO-Fruita ECO Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES 06 / DIMECRES 06</p> <p>627,4Kcal - Prot:26,9g - Lip:27,1g - HC:62,1g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Arroz a la cubana Arròs a la cubana</p> <p>Pescado fresco de lonja Peix fresc de llotja Fruta de temporada-Fruita de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES 07/ DIJOUS 07</p> <p>602,9Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,0g - HC:62,9g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Potaje de garbanzos ECO Potatge de cigrons ECO</p> <p>Carrillada de cerdo estofada con patatas Galta de porc estofada amb creïlles Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES 08 / DIVENDRES 08</p> <p>664,6Kcal - Prot:23,5g - Lip:31,5g - HC:69,2g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Pasta a la carbonara SFS de salmón Pasta a la carbonara SFS de salmó</p> <p>Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES 11/ DILLUNS 11</p> <p>621,3Kcal - Prot:28,9g - Lip:24,5g - HC:69,0g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera Lluç a la marinera</p> <p>Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 12</p> <p>FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES 13/ DIMECRES 13</p> <p>604,2Kcal - Prot:31,2g - Lip:16,1g - HC:77,6g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Arroz a banda Arròs a banda</p> <p><i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Fruta ECO-Fruita ECO Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES 14/ DIJOUS 14</p> <p>609,4Kcal - Prot:14,8g - Lip:17,6g - HC:94,9g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Crema de legumbres Crema de llegums</p> <p><i>Tortilla de patata con queso fresco</i> Trita de creïlla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES 15 / DIVENDRES 15</p> <p>625,9Kcal - Prot:24,0g - Lip:30,6g - HC:60,9g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO</p> <p>Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES 18/ DILLUNS 18</p> <p>618,8Kcal - Prot:25,5g - Lip:25,9g - HC:68,2g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Pasta al pesto SFS Pasta al pesto SFS Bacalao al pilpil Bacallà al pilpil</p> <p>Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES 19/ DIMARTS 19</p> <p>600,9Kcal - Prot:23,5g - Lip:23,1g - HC:67,0g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada</p> <p>Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada</p> <p>Lomo empanado SFS con pisto Llom empanat SFS amb samfaina Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES 20 / DIMECRES 20</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada</p> <p><i>Crema de calabaza ECO</i> <i>Crema de carabassa ECO</i></p> <p>Salmón fresco con chips de boniato SFS Salmó fresc amb chips de moniato SFS Uvas ECO/ Raïms ECO Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES 21 / DIJOUS 21</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Sopa de verduras Sopa de verdures</p> <p>Pollo al horno con mazorca de maíz Pollastre al forn amb panotxa de dacsa</p> <p>Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc Pa integral</p>	<p>VIERNES 22/ DIVENDRES 22</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Arroz con secreto y setas Arròs amb secret i bolets</p> <p>Tortilla de queso con brócoli Trita de formatge amb bròcoli Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES 25/ DILLUNS 25</p> <p>620,1 Kcal - Prot:25,6g - Lip:22g - HC:72,5g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada</p> <p>Queso fresco con tomate y orégano Formatge fresc amb tomaca i orenga Arroz de costillas y coliflor Arròs de costelles i coliflor</p> <p>Yogurt-logurt/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES 26/ DIMARTS 26</p> <p>602,8Kcal - Prot:26,5g - Lip:19,1g - HC:55,6g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada</p> <p>Lentejas ECO castellanas Llentilles ECO castellanes</p> <p>Tortilla de patata con queso manchego Trita de creïlles amb formatge manxec Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco/Pa blanco</p>	<p>MIÉRCOLES 27 / DIMECRES 27</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Fideua de marisco Fideua de marisc</p> <p>Merluza con guisantes Lluç amb pèsols</p> <p>Fruta de temporada-Fruita de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES 28/ DIJOUS 28</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Crema de alubias <i>Crema de fesols</i></p> <p>Pizza casera SFS de verduras de temporada Pizza cassolà SFS de verdures de temporada</p> <p>Fruta ECO-Fruita ECO Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES 29 / DIVENDRES 29</p> <p>602,5Kcal - Prot:26,4g - Lip:24,7g - HC:65,5g</p> <p>Ensalada variada Amanida variada Tallarines a la boloñesa Tallarines a la bolonyesa</p> <p><i>Pastel de verduras SFS</i> <i>Pastis de verdures SFS</i> Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>