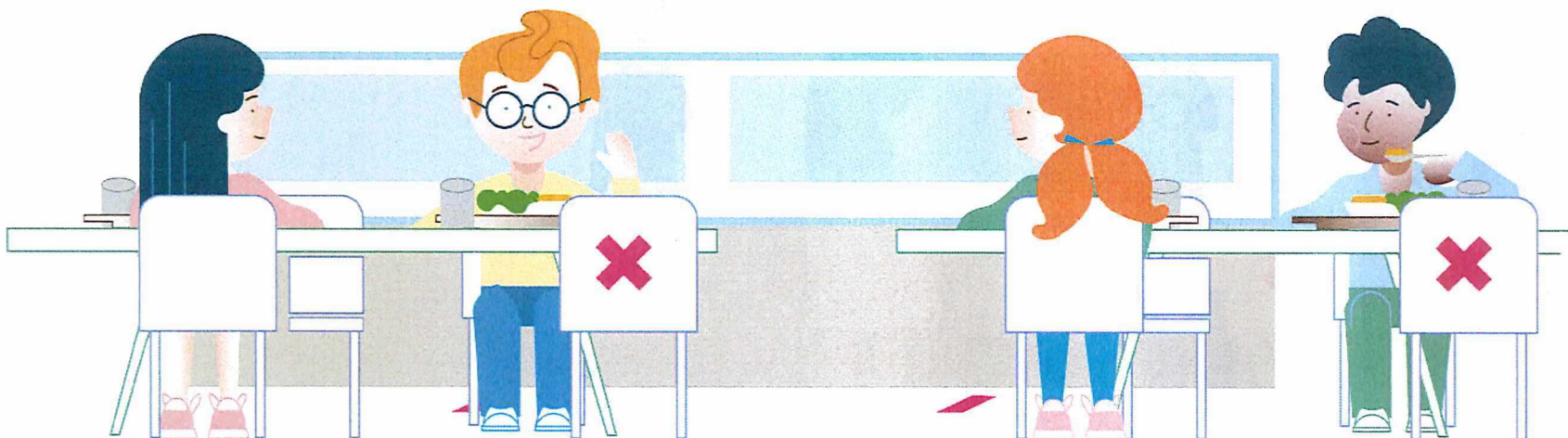


VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

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	



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

				1
<p style="text-align: right;">4</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p style="text-align: right;">5</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p style="text-align: right;">6</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p style="text-align: right;">7</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>	<p style="text-align: right;">8</p> <p>VACACIONES DE NAVIDAD</p>
<p style="text-align: right;">11</p> <p>Macarrones con chorizo Tortilla francesa Ensalada de tomate Pan Fruta fresca</p> <p>609,0Kcal - Prot:27,5g - Lip:21,1g - HC:79,6g AGS:4,7g - Azúcares:16,5g - Sal:2,3g</p>	<p style="text-align: right;">12</p> <p>Lentejas con verduras Caballa en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Pan Fruta fresca</p> <p>726,2Kcal - Prot:37,4g - Lip:33,1g - HC:64,7g AGS:5,2g - Azúcares:16,6g - Sal:2,6g</p>	<p style="text-align: right;">13</p> <p>Crema de calabacín Albóndigas de ternera con verduras Pan Fruta fresca</p> <p>560,8Kcal - Prot:20,2g - Lip:25,8g - HC:57,8g AGS:8,4g - Azúcares:16,8g - Sal:2,5g</p>	<p style="text-align: right;">14</p> <p>Arroz con verduras Filete de merluza a la romana Champiñones salteados con cebolla Pan Fruta fresca</p> <p>530,5Kcal - Prot:21,4g - Lip:10,2g - HC:85,1g AGS:1,7g - Azúcares:17,8g - Sal:1,8g</p>	<p style="text-align: right;">15</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga Pan Yogur sabor y Fruta fresca</p> <p>725,5Kcal - Prot:33,2g - Lip:22,4g - HC:92,6g AGS:7,3g - Azúcares:25,9g - Sal:1,9g</p>
<p style="text-align: right;">18</p> <p>Arroz con salsa de tomate Estofado de ternera con champiñones Pan Fruta fresca</p> <p>676,3Kcal - Prot:24,0g - Lip:26,1g - HC:84,1g AGS:8,7g - Azúcares:15,8g - Sal:1,5g</p>	<p style="text-align: right;">19</p> <p>Alubias estofadas Merluza a la vizcaína Ensalada de lechuga y remolacha Pan Fruta fresca</p> <p>601,9Kcal - Prot:19,4g - Lip:19,0g - HC:78,7g AGS:3,0g - Azúcares:16,7g - Sal:3,5g</p>	<p style="text-align: right;">20</p> <p>Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patata panadera al horno Pan Fruta fresca</p> <p>553,3Kcal - Prot:20,5g - Lip:17,6g - HC:72,9g AGS:3,7g - Azúcares:20,0g - Sal:3,9g</p>	<p style="text-align: right;">21</p> <p>Espaguetis gratinados Limanda rebozada Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta fresca</p> <p>638,9Kcal - Prot:31,9g - Lip:20,0g - HC:80,0g AGS:4,4g - Azúcares:15,6g - Sal:2,1g</p>	<p style="text-align: right;">22</p> <p>Lentejas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Pan Yogur sabor y Fruta fresca</p> <p>552,9Kcal - Prot:33,9g - Lip:12,7g - HC:72,2g AGS:3,7g - Azúcares:24,8g - Sal:1,7g</p>
<p style="text-align: right;">25</p> <p>Espirales napolitana Filete de merluza al horno Ensalada de tomate Pan Fruta fresca</p> <p>508,2Kcal - Prot:22,2g - Lip:11,4g - HC:76,2g AGS:1,6g - Azúcares:16,1g - Sal:1,7g</p>	<p style="text-align: right;">26</p> <p>Paella de pollo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta fresca</p> <p>613,0Kcal - Prot:26,5g - Lip:19,0g - HC:86,5g AGS:3,8g - Azúcares:15,8g - Sal:1,9g</p>	<p style="text-align: right;">27</p> <p>Lentejas con chorizo Palometa con tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Pan Fruta fresca</p> <p>706,8Kcal - Prot:31,5g - Lip:29,4g - HC:74,9g AGS:4,8g - Azúcares:19,4g - Sal:3,6g</p>	<p style="text-align: right;">28</p> <p>Crema de zanahoria Cinta de lomo adobado a la plancha Patatas fritas Pan Fruta fresca</p> <p>586,0Kcal - Prot:29,6g - Lip:20,3g - HC:67,0g AGS:4,1g - Azúcares:22,0g - Sal:1,9g</p>	<p style="text-align: right;">29</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga Pan Yogur sabor y Fruta fresca</p> <p>725,5Kcal - Prot:33,2g - Lip:22,4g - HC:92,6g AGS:7,3g - Azúcares:25,9g - Sal:1,9g</p>