

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:



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



INTERNATIONAL SCHOOL

BENIDORM

since 1956



MARTES 1

ENSALADA CON ACEITUNAS
CREMA DE VERDURAS
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
PATATAS DADO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 714 LIP 23 PROT 39 HC 53

MIÉRCOLES 2

ENSALADA DE BACON CON PICATOSTES
SOPA DE COCIDO CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 704 LIP 33 PROT 28 HC 68

JUEVES 3

ENSALADA COCINERA
LENTEJAS CON PATATAS Y VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
PISTO DE VERDURAS
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 670 LIP 29 PROT 30 HC 66

VIERNES 4

ENSALADA DE QUESO CON PICATOSTES
ARROZ AL HORNO
TAQUITOS DE PESCADO EN SALSA DE TOMATE
COLIFLOR AJOARRIERO
POSTRE CASERO
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 704 LIP 31 PROT 39 HC 67

LUNES 7

ENSALADA DEL CHEF
MACARRONES CON TOMATE Y VERDURAS
TORTILLA DE JAMÓN DE YORK
GUISANTES SALTEADOS
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 640 LIP 26 PROT 27 HC 72

MARTES 8

ENSALADA CON NARANJA
ARROZ BLANCO CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA VERDE
BRÓCOLI SALTEADO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 632 LIP 21 PROT 32 HC 80



MIÉRCOLES 9

ENSALADA DE LA HUERTA
HERVIDO VALENCIANO
LASAÑA DE CARNE Y BECHAMEL
BERENJENA HORNO
YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 658 LIP 29 PROT 23 HC 81

JUEVES 10

ENSALADA GRIEGA
SOPA DE AVE CON FIDEOS
MAGRO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS DADO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 655 LIP 31 PROT 39 HC 75

VIERNES 11

ENSALADA ESPECIAL
ALUBIAS CON PATATAS
PESCADO A LA ANDALUZA
ZANAHORIA BABY
POSTRE CASERO
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 657 LIP 23 PROT 31 HC 73

LUNES 14

ENSALADA MIXTA
LENTEJAS ESTOFADAS
LENGUADINA EMPANADA
CHAMPIÑONES SALTEADOS
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 587 LIP 18 PROT 31 HC 69

MARTES 15

ENSALADA MEDITERRÁNEA
CREMA DE PUERRO Y ZANAHORIA
ALBÓNDIGAS CON TOMATE
PATATAS DADO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 704 LIP 34 PROT 23 HC 74

MIÉRCOLES 16

ENSALADA ARCO IRIS
POTAJE DE GARBANZOS CASEROS
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA
CALABACÍN A LA PLANCHA
YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 663 LIP 26 PROT 40 HC 67

JUEVES 17

ENSALADA DE BACON CON PICATOSTES
ARROZ CON VERDURAS
ESTOFADO DE PAVO
BERENJENAS AL HORNO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 743 LIP 29 PROT 34 HC 83

VIERNES 18

ENSALADA DE ZANAHORIA Y JAMÓN
SOPA DE PICADILLO
TORTILLA FRANCESA CON QUESITO
COLIFLOR AL VAPOR
POSTRE CASERO
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 631 LIP 33 PROT 32 HC 51

LUNES 21

ENSALADA FRUTOS DEL MAR
CREMA DE CALABAZA
LOMO FRESCO CON SALSA MARY
COUS-COUS DE VERDURAS
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 670 LIP 31 PROT 33 HC 55

MARTES 22

ENSALADA CESAR
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATA
JUDÍAS VERDES SALTEADAS
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 706 LIP 23 PROT 26 HC 83

MIÉRCOLES 23

ENSALADA DEL CHEF
CODITOS CON ATÚN Y VERDURAS
PESCADO A LA ANDALUZA
GUISANTES SALTEADOS
YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 643 LIP 24 PROT 32 HC 73

JUEVES 24

ENSALADA COCINERA
GUIZO DE PATATAS CON COSTILLAS
POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS
TOMATE ASADO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 690 LIP 34 PROT 36 HC 59

VIERNES 25

ENSALADA ORIENTAL
ARROZ SENYORET
FILETE DE MERLUZA A LA VASCA
PIMIENTOS ASADOS
POSTRE CASERO
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 647 LIP 18 PROT 29 HC 90

LUNES 28

ENSALADA ARCOIRIS
ARROZ BLANCO CON TOMATE
TORTILLA A LA FRANCESA
BRÓCOLI ALHORNO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 624 LIP 26 PROT 22 HC 71

