

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



**LOPE DE VEGA
INTERNATIONAL SCHOOL**

SINCE 1956

LUNES 7

ENSALADA VARIADA
SOPA DE AVE CON PISTONES
ESCALOPE DE LOMO
BERENJENA AL HORNO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 892 LIP 39 PROT 46 HC 86

LUNES 14

ENSALADA VARIADA
ENTREMESES VARIADOS
TORTILLA A LA FRANCESA
BRÓCOLI SALTEADO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 998 LIP 38 PROT 34 HC 53

LUNES 21

ENSALADA VARIADA
CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES
LONGANIZA EN SALSA
PATATA PANADERA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 967 LIP 47 PROT 37 HC 95

LUNES 4

ENSALADA VARIADA
TABULE DE VERDURAS
PINCHO MORUNO
GUISANTES SALTEADOS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 977 LIP 41 PROT 47 HC 111

MARTES

MARTES 1

ENSALADA VARIADA
COUS-COUS CON VERDURAS
LIMANDA AL AJILLO
ZANAHORIA RODAJAS SALTEADAS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 839 LIP 28 PROT 40 HC 103

MARTES 8

ENSALADA VARIADA
PASTEL DE PATATA GRATINADO
VARITAS DE MERLUZA
COLIFLOR AL HORNO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1076 LIP 57 PROT 33 HC 107

MARTES 15

ENSALADA VARIADA
TIBURONES CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA A L LIMÓN
ZANAHORIA Y MAIZ SALTEADO CON
MANTEQUILLA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 914 LIP 29 PROT 43 HC 114

MARTES 22

ENSALADA VARIADA
SOPA DE PISTONES
TORTILLA FRANCESA CON QUESITO
TOMATE PROVENZAL
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 844 LIP 42 PROT 35 HC 76

MARTES 4

ENSALADA VARIADA
ENSALADA DE PASTA CON ATÚN
TORTILLA FRANCESA
LONCHA DE PAVO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 932 LIP 37 PROT 34 HC 110

MIÉRCOLES

MIÉRCOLES 2

ENSALADA VARIADA
TALLARINES AL WOK
MERLUZA A LA ANDALUZA
½ TOMATE ASADO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 778 LIP 25 PROT 35 HC 100

MIÉRCOLES 9

ENSALADA VARIADA
JUDÍAS VERDES CON TOMATE Y PATATA
SALCHICHAS AL VINO
PATATA ASADA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 941 LIP 46 PROT 36 HC 91

MIÉRCOLES 16

ENSALADA VARIADA
JUSÍAS VERDES SALTEADAS
CALAMARES A LA ANDALUZA CON MAHONESA
PATATA ASADA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 989 LIP 41 PROT 23 HC 128

MIÉRCOLES 23

ENSALADA VARIADA
NOODLES CON VERDURAS
GALLOS AL HORNO
COLIFLOR SALTEADA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 762 LIP 24 PROT 32 HC 97

MIÉRCOLES 4

ENSALADA VARIADA
SOPA DE AVE CON LETRAS
CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE
ATÚN
TOMATE ASADO CON ORÉGANO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 923 LIP 40 PROT 26 HC 111

JUEVES

JUEVES 3

ENSALADA VARIADA
COLIFLOR GRATINADA
SAN JACOBO
LONCHA DE PAVO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 952 LIP 45 PROT 26 HC 105

JUEVES 10

ENSALADA VARIADA
CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES
POLLO AL AJILLO
TOMATE PROVENZAL
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 939 LIP 46 PROT 50 HC 77

JUEVES 17

ENSALADA VARIADA
CREMA DE CALABACÍN
POLLO EN SALSA
LONCHA DE PAVO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 726 LIP 26 PROT 50 HC 70

JUEVES 24

ENSALADA VARIADA
PURÉ DE CALABAZA
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
PIZZA ATÚN
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 827 LIP 27 PROT 29 HC 114

JUEVES 4

ENSALADA VARIADA
PATATAS CON BECHAMEL Y YORK
FILETE DE MERLUZA AL LIMÓN
JUDÍAS VERDES SALTEADAS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 973 LIP 34 PROT 48 HC 101

VIERNES

VIERNES 4

ENSALADA VARIADA
ARROZ BLANCO CON TOMATE
TORTILLA DE PATATA
QUESITO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 912 LIP 38 PROT 21 HC 112

VIERNES 11

ENSALADA VARIADA
ESPIRALAS CON TOMATE
TORTILLA DE ATÚN
AROS DE CEBOLLA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1008 LIP 53 PROT 43 HC 92

VIERNES 18

ENSALADA VARIADA
SOPA CON LETRAS
TORTILLA DE PATATA
LONCHA DE QUESO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 916 LIP 45 PROT 32 HC 71

VIERNES 25

ENSALADA VARIADA
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
MERLUZA A LA PLANCHA
JUDÍAS VERDES SALTEADAS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 760 LIP 39 PROT 54 HC 46

