

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

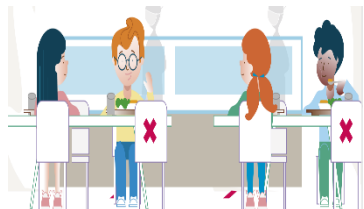
VIERNES



INTERNATIONAL SCHOOL

BENIDORM

since 1956



COMIDA SÁBADO 5

ENSALADA DE LA HUERTA
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
POLLO AL HORNO CON PATATA, PIMIENTO Y
CEBOLLA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 988 LIP 38 PROT 59 HC 94



RECETA tradicional

COMIDA SÁBADO 12

ENSALADA MARINERA
LENTEJAS DE LA ABUELA
ESCALOPES A LA MILANESA
BERENJENA PLANCHA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1107 LIP 65 PROT 50 HC 79

COMIDA SÁBADO 19

ENSALADA ITALIANA
QUIQUÉ LORREINE
MERLUZA AL HORNO
CHAMPIÑONES AL AJILLO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1092 LIP 67 PROT 54 HC 63



RECETA tradicional

COMIDA SÁBADO 26

ENSALADA CESAR
VERDURAS PLANCHA
CANELONES CON BECHAMEL
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 968 LIP 47 PROT 58 HC 74

CENA SÁBADO 5

ENSALADA VARIADA
ENSALADA DE PASTA CON ATÚN
LENGUADO A LA MARINERA
PATATA ASADA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 916 LIP 29 PROT 51 HC 106



RECETA tradicional

CENA SÁBADO 12

ENSALADA VARIADA
SOPA DE FIDEOS
PIZZA BARBARCOA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 887 LIP 28 PROT 29 HC 125

CENA SÁBADO 19

ENSALADA VARIADA
CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES
SANDWICH MIXTO
PATATAS FRITAS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 963 LIP 45 PROT 28 HC 110

CENA SÁBADO 26

ENSALADA VARIADA
CREMA VYCHISSOISE
SAN JACOBO
½ TOMAE A LA PROVENZAL
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 876 LIP 42 PROT 17 HC 90

COMIDA DOMINGO 6

ENSALADA DE ATÚN
ARROZ A BANDA
ALBONDIGAS EN SALSA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 975 LIP 43 PROT 37 HC 106

COMIDA DOMINGO 13

ENSALADA CESAR
ARROZ CALDOSO A LA MARINERA
LOMO ASADO CON SALSA DE MANZANA
PIMINETO VERDE
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1011 LIP 42 PROT 48 HC 104

COMIDA DOMINGO 20

ENSALADA CON PEPINO Y HUEVO
FIDEUÀ DE PESCADO
LOMO A LA PIMIENTA
PIMIENTOS FRITOS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1199 LIP 53 PROT 74 HC 99

COMIDA DOMINGO 27

ENSALADA CHEF
ARROZ CALDOSO CON POLLO Y VERDURAS
MERLUZA A LA VASCA
PATATA AL HORNO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 1012 LIP 32 PROT 48 HC 128



RECETA tradicional

CENA DOMINGO 6

ENSALADA VARIADA
CREMA DE PUERRO Y CALABACÍN
SALCHICHAS DE POLLO
TOMATE GRATINADO
YOGUR/FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 746 LIP 32 PROT 57 HC 75

CENA DOMINGO 13

ENSALADA VARIADA
HERVIDO VALENCIANO
HAMBURGUESA MIXTA
LONCHA DE QUESO
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 876 LIP 49 PROT 43 HC 65

CENA DOMINGO 20

ENSALADA VARIADA
SOPA CASTELLANA
FLAMENQUINES
ESPINACAS SALTEADAS
YOGUR/FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 793 LIP 37 PROT 9 HC 77

CENA DOMINGO 27

ENSALADA VARIADA
SOPA DE PICADILLO
BERENJENAS RELLENAS DE CARNE
CALABACÍN PLANCHA
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 945 LIP 38 PROT 42 HC 90

