

ALIMENTACIÓN SALUDABLE A LO LARGO DEL DÍA

COMIDA
35%

En **Serunion** nuestro principal objetivo es alimentar a los niños y niñas con una cocina variada, equilibrada, tradicional y mediterránea, siguiendo el calendario de temporada de las frutas, verduras y hortalizas.

Utilizamos las mejores materias primas, primeras marcas y contamos con proveedores de alimentos de proximidad que garantizan la calidad de nuestros platos, y los cocinamos con el sabor y textura adecuados para los diferentes grupos de edad.

Nuestros menús cumplen las frecuencias de consumo de los grupos de alimentos en función de cada etapa de crecimiento, y se adaptan a las diferentes intolerancias y alergias alimentarias*.

DESAYUNO
25%

El desayuno es esencial para el rendimiento escolar de los niños y niñas.

Se puede repartir el desayuno en 2 ingestas, la primera y más importante en casa y la segunda a media mañana, durante el recreo.

Un **DESAYUNO COMPLETO** consta de:

- FRUTA

Entera o troceada, principalmente de temporada.



- vitaminas
- minerales
- fibras

- CEREAL

Pan, cereales de desayuno bajo en azúcares, tostadas, tortitas de cereales, etc.



- hidratos de carbono
- proteínas

- LÁCTEO

Leche, yogurt natural, queso, etc.



- calcio
- proteínas

Media mañana

Desayuno en casa



Se recomienda hacer 3 comidas principales (desayuno, comida y cena) y 2 complementarias (media mañana y merienda).

De esa manera se repartirán adecuadamente la energía y los nutrientes que nuestro organismo necesita a lo largo del día.

MERIENDA
10%

La merienda complementa los aportes de nutrientes del desayuno, la comida y la cena.

Los alimentos más recomendables son los cereales y derivados, los lácteos y/o la fruta fresca y los frutos secos.

No debemos abusar de la bollería industrial, los zumos envasados y otras bebidas azucaradas.

CENA
30%

Con nuestro **recomendador de cenas** te ayudamos a elegir la mejor opción de cena en función de lo que tus hijos hayan comido en el cole.

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:



* Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



				1
				Arroz con salsa de tomate
				Merluza a la bilbaína
				Ensalada de lechuga y tomate
				Pan blanco/Pan integral y Yogur sabor 601,9Kcal - Prot:24,6g - Lip:14,8g - HC:90,1g AGS:2,0g - Azúcares:19,3g - Sal:1,8g
4	5	6	7	8
Crema parmentiere	Macarrones a la napolitana			
Magro de cerdo en salsa con zanahorias	Bacalao rebozado	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO
	Ensalada de lechuga y maíz			
Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 625,1Kcal - Prot:23,7g - Lip:10,0g - HC:104,7g AGS:1,4g - Azúcares:29,2g - Sal:1,4g	Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 618,6Kcal - Prot:26,3g - Lip:18,7g - HC:84,2g AGS:3,8g - Azúcares:16,7g - Sal:2,1g			
11	12	13	14	15
Judías verdes a la portuguesa	Arroz salteado con champiñones y pavo	Sopa de cocido con fideos ecológicos	Crema de verduras y hortalizas	Lentejas con calabaza
Contramuslo de pollo al limón	Revuelto de queso	Cocido completo	Albóndigas en salsa	Limanda a la andaluza
Puré de patata	Ensalada de lechuga y maíz	-	Patatas dado	Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 634,8Kcal - Prot:30,7g - Lip:23,8g - HC:108,8g AGS:5,5g - Azúcares:23,4g - Sal:1,9g	Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 742,1Kcal - Prot:34,1g - Lip:20,8g - HC:103,3g AGS:4,9g - Azúcares:20,3g - Sal:2,1g	Pan blanco/Pan integral y Natillas 624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g AGS:4,2g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g	Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 659,5Kcal - Prot:30,1g - Lip:23,9g - HC:118,1g AGS:7,6g - Azúcares:17,8g - Sal:2,5g	Pan blanco/Pan integral y Yogur sabor 597,4Kcal - Prot:21,0g - Lip:19,2g - HC:118,2g AGS:3,1g - Azúcares:18,4g - Sal:3,5g
18	19	20	21	22
Coditos al pesto	Alubias pintas con arroz	Crema de acelgas, puerro y zanahoria	Arroz con verduras	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD
Tortilla de patata y calabacín	Empanadillas de atún	Jamonicitos de pollo asados a las finas hierbas	Merluza al gratén	Sopa de estrellas
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Patatas panadera al horno	Ensalada de lechuga y maíz	Pizza de jamón york y queso
Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 789,1Kcal - Prot:34,3g - Lip:37,3g - HC:117,9g AGS:7,0g - Azúcares:17,8g - Sal:2,6g	Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 616,5Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,6g - HC:117,1g AGS:4,1g - Azúcares:23,3g - Sal:1,9g	Pan blanco/Pan integral y Yogur sabor 549,1Kcal - Prot:25,9g - Lip:11,5g - HC:117,6g AGS:1,5g - Azúcares:21,1g - Sal:1,8g	Pan blanco/Pan integral y Fruta fresca 698,9Kcal - Prot:25,4g - Lip:29,8g - HC:119,1g AGS:1,8g - Azúcares:19,6g - Sal:7,7g	Pan blanco/Pan integral y Postre especial 710,2Kcal - Prot:18,9g - Lip:21,4g - HC:108,5g AGS:5,4g - Azúcares:25,7g - Sal:4,4g
25	26	27	28	29
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

Sin gluten
MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



					1
					Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan sin gluten y Yogur sabor
4	5	6	7	8	8
Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan sin gluten y Fruta fresca	Macarrones sin gluten a la napolitana Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO	
11	12	13	14	15	15
Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan sin gluten y Fruta fresca	Arroz salteado con champiñones Revuelto de huevo Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca	Sopa de cocido con fideos sin gluten Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan sin gluten y Natillas	Crema de verduras y hortalizas Albóndigas sin gluten, sin lactosa con tomate Patatas dado Pan sin gluten y Fruta fresca	Alubias blancas con calabaza Filete de limanda al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Pan sin gluten y Yogur sabor	
18	19	20	21	22	22
Macarrones sin gluten aglio-olio Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan sin gluten y Fruta fresca	Alubias pintas con arroz Palometa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Pan sin gluten y Fruta fresca	Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan sin gluten y Yogur sabor	Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de ave con fideos sin gluten Panini sin gluten de verduras y pollo Patatas fritas Pan sin gluten y Postre especial	
25	26	27	28	29	29
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja
4 Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	5 Macarrones napolitana Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
11 Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	12 Arroz salteado con champiñones Revuelto de huevo Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	13 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja	14 Crema de verduras y hortalizas Albóndigas sin gluten, sin lactosa con tomate Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	15 Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja
18 Coditos aglio-olio Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	19 Alubias pintas con arroz Palometa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	20 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja	21 Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Panini de verduras y pollo Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja
4 Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	5 Macarrones napolitana Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
11 Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	12 Arroz salteado con champiñones Revuelto de huevo Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	13 Sopa de ave con fideos ecológicos Garbanzos con patata y pollo Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja	14 Crema de verduras y hortalizas Lomo con pimiento y cebolla Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	15 Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja
18 Coditos aglio-olio Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	19 Alubias pintas con arroz Palometa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	20 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur de soja	21 Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de ave con estrellas Panini de verduras y pollo Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
4	5	6	7	8
Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Macarrones napolitana Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO
11	12	13	14	15
Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Arroz salteado con champiñones Morcillo de ternera Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Natillas	Crema de verduras y hortalizas Albóndigas con tomate Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
18	19	20	21	22
Coditos aglio-olio Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Alubias pintas con arroz Palometa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor	Arroz con verduras Merluza encebollada Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Panini de verduras y pollo Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25	26	27	28	29
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
4 Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	5 Macarrones napolitana Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
11 Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	12 Arroz salteado con champiñones y pavo Revuelto de queso Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	13 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Natillas	14 Crema de verduras y hortalizas Albóndigas con tomate Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	15 Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
18 Coditos al pesto (sin piñones) Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	19 Alubias pintas con arroz Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	20 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor	21 Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Pizza de jamón york y queso Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



				1
				Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
4	5	6	7	8
Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Macarrones napolitana Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO
11	12	13	14	15
Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Arroz salteado con champiñones y pavo Revuelto de queso Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Natillas	Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Natillas	Crema de verduras y hortalizas Albóndigas con tomate Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
18	19	20	21	22
Coditos al pesto Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Alubias pintas con arroz Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor	Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Pizza de jamón york y queso Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25	26	27	28	29
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
				Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate n blanco / Pan integral y Yogur desnatado sat
4	5	6	7	8
Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Macarrones napolitana Bacalao al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO
11	12	13	14	15
Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Arroz salteado con champiñones Revuelto de huevo Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera n blanco / Pan integral y Yogur desnatado sat	Crema de verduras y hortalizas Lomo con pimiento y cebolla Ensalada de tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Lentejas con calabaza Filete de limanda al horno Ensalada de lechuga y zanahoria n blanco / Pan integral y Yogur desnatado sat
18	19	20	21	22
Coditos aglio-olio Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Alubias pintas con arroz Palometa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno n blanco / Pan integral y Yogur desnatado sat	Arroz con verduras Merluza encebollada Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Panini de verduras y pollo Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25	26	27	28	29
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
4 Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	5 Macarrones napolitana Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
11 Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	12 Arroz salteado con champiñones y pavo Revuelto de queso Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	13 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Natillas	14 Crema de verduras y hortalizas Albóndigas con tomate Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	15 Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
18 Coditos al pesto Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	19 Alubias pintas con arroz Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	20 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor	21 Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Panini de verduras y pollo Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
4 Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	5 Macarrones napolitana Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
11 Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	12 Arroz salteado con champiñones y pavo Revuelto de queso Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	13 Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Natillas	14 Crema de verduras y hortalizas Albóndigas con tomate Patatas dado Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	15 Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor
18 Coditos al pesto Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	19 Champiñones salteados con cebolla Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	20 Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamoncitos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur sabor	21 Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz Pan blanco / Pan integral y Fruta fresca	22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Pizza de jamón york y queso Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



				1
				Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga y tomate Pan blanco / Pan integral y Yogur natural
4	5	6	7	8
Crema parmentiere Magro de cerdo salsa de zanahorias in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	Macarrones napolitana Bacalao a la romana Ensalada de lechuga y maíz in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	FESTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO
11	12	13	14	15
Judías verdes a la portuguesa Contramuslo de pollo al limón Puré de patata in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	Arroz salteado con champiñones y pavo Revuelto de queso Ensalada de lechuga y maíz in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	Sopa de cocido con fideos ecológicos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan blanco / Pan integral y Natillas	Crema de verduras y hortalizas Albóndigas con tomate Patatas dado in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	Lentejas con calabaza Limanda a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Pan blanco / Pan integral y Yogur natural
18	19	20	21	22
Coditos al pesto (sin piñones) Tortilla de patata y calabacín Ensalada de lechuga y zanahoria in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	Alubias pintas con arroz Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	Crema de acelgas, puerro y zanahoria Jamonicos de pollo asados con finas hierbas Patata panadera al horno Pan blanco / Pan integral y Yogur natural	Arroz con verduras Merluza al gratén Ensalada de lechuga y maíz in blanco / Pan integral y Fruta fresca permiti	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Sopa de estrellas Pizza de jamón york y queso Patatas fritas Pan blanco / Pan integral y Postre especial
25	26	27	28	29
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



				1 Arroz cocido en blanco Merluza al horno 0 Pan blanco Yogur natural
4 Crema de puerro (patata, puerro, aceite) Cerdo al horno o a la plancha Pan blanco Frutas variadas frescas*	5 Macarrones cocidos con orégano Bacalao al horno Maíz al horno Pan blanco Frutas variadas frescas*	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO
11 Cous cous en blanco Contramuslo de pollo al horno o a la plancha 0 Pan blanco Frutas variadas frescas*	12 Arroz cocido con champiñones al horno Revuelto de huevo Maíz al horno Pan blanco Frutas variadas frescas*	13 Garbanzos cocidos con patata hervida Pollo y ternera hervido Pan blanco Yogur natural	14 Crema de acelga (acelga, patata, aceite) Cerdo al horno o a la plancha Pan blanco Frutas variadas frescas*	15 Alcachofas Limanda al horno 0 Pan blanco Yogur natural
18 Coditos cocidos en blanco Tortilla francesa casera 0 Pan blanco Frutas variadas frescas*	19 Champiñones al horno con jamón serrano Palometa al horno o a la plancha 0 Pan blanco Frutas variadas frescas*	20 Crema de acelga y puerro (acelga, puerro, patata, aceite) Jamoncitos de pollo al horno con oregano, tomillo y pimienta Patatas panadera al horno (solo aceite) Pan blanco Yogur natural	21 Arroz cocido en blanco Merluza al horno Maíz al horno Pan blanco Frutas variadas frescas*	22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Patatas aliñadas con huevo cocido (aceite) Panini con maíz, champiñones y pollo Pan blanco Postre especial
25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	27 VACACIONES DE NAVIDAD	28 VACACIONES DE NAVIDAD	29 VACACIONES DE NAVIDAD