

# 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 |
|--------|------|
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
| +      | +    |
|        |      |
|        |      |

SERVICIO DE ATENCIÓN  
NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entidades colaboradoras:



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| <p style="text-align: right;"><b>1</b></p> <p>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>626,9Kcal - Prot:29,0g - Lip:22,9g - HC:71,0g<br/>AGS:5,4g - Azúcares:22,1g - Sal:1,9g</p>                                     | <p style="text-align: right;"><b>7</b></p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>626,9Kcal - Prot:29,0g - Lip:22,9g - HC:71,0g<br/>AGS:5,4g - Azúcares:22,1g - Sal:1,9g</p>          | <p style="text-align: right;"><b>14</b></p> <p>Crema de verduras<br/>Ragout de ternera con patatas<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>630,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:26,3g - HC:64,8g<br/>AGS:8,6g - Azúcares:22,2g - Sal:1,7g</p>  | <p style="text-align: right;"><b>21</b></p> <p>Lentejas con verduras<br/>Cinta de lomo adobado a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>531,3Kcal - Prot:26,4g - Lip:12,8g - HC:73,1g<br/>AGS:2,3g - Azúcares:19,9g - Sal:3,6g</p> | <p style="text-align: right;"><b>28</b></p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>  |
| <p style="text-align: right;"><b>2</b></p> <p>Tallarines con tomate<br/>Rabas y empanadillas<br/>Ensalada de lechuga<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>630,5Kcal - Prot:14,5g - Lip:17,7g - HC:99,3g<br/>AGS:2,6g - Azúcares:25,1g - Sal:3,5g</p>           | <p style="text-align: right;"><b>8</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g<br/>AGS:4,2g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g</p>                               | <p style="text-align: right;"><b>15</b></p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde con guisantes<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>542,9Kcal - Prot:21,2g - Lip:11,4g - HC:84,6g<br/>AGS:1,5g - Azúcares:22,8g - Sal:1,7g</p> | <p style="text-align: right;"><b>22</b></p> <p>Arroz con tomate<br/>Merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Pan<br/>Helado</p> <p>656,8Kcal - Prot:28,2g - Lip:21,2g - HC:85,2g<br/>AGS:2,8g - Azúcares:18,2g - Sal:1,7g</p>                           | <p style="text-align: right;"><b>29</b></p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>  |
| <p style="text-align: right;"><b>3</b></p> <p>Crema de calabacín<br/>Estofado de pollo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>575,0Kcal - Prot:27,5g - Lip:19,1g - HC:70,1g<br/>AGS:3,7g - Azúcares:20,7g - Sal:1,8g</p>      | <p style="text-align: right;"><b>9</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g<br/>AGS:4,2g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g</p>                               | <p style="text-align: right;"><b>16</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla de pavo<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Pan<br/>Yogur natural</p> <p>615,3Kcal - Prot:27,0g - Lip:22,9g - HC:74,2g<br/>AGS:6,1g - Azúcares:8,7g - Sal:2,1g</p>         | <p style="text-align: right;"><b>23</b></p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Huevos moll<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Pan<br/>Yogur sabor</p> <p>552,1Kcal - Prot:17,8g - Lip:21,1g - HC:69,4g<br/>AGS:6,4g - Azúcares:26,5g - Sal:4,3g</p>                         | <p style="text-align: right;"><b>30</b></p> <p>VACACIONES DE VERANO</p>  |
| <p style="text-align: right;"><b>10</b></p> <p>Arroz a banda<br/>Caballa en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Pan<br/>Yogur sabor</p> <p>804,2Kcal - Prot:34,2g - Lip:33,5g - HC:90,3g<br/>AGS:7,2g - Azúcares:23,5g - Sal:3,1g</p> | <p style="text-align: right;"><b>11</b></p> <p>Espirales gratinados<br/>Croquetas de jamón<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Pan<br/>Yogur sabor</p> <p>881,8Kcal - Prot:30,6g - Lip:30,7g - HC:118,2g<br/>AGS:9,8g - Azúcares:29,6g - Sal:3,1g</p> | <p style="text-align: right;"><b>17</b></p> <p>Sopa de pescado con estrellitas<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>635,1Kcal - Prot:35,7g - Lip:20,9g - HC:72,7g<br/>AGS:4,2g - Azúcares:18,4g - Sal:1,8g</p>       | <p style="text-align: right;"><b>24</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g<br/>AGS:4,2g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g</p>   | <p style="text-align: right;"><b>25</b></p> <p>[FELICES VACACIONES!]</p>   |
| <p style="text-align: right;"><b>11</b></p> <p>Arroz tres delicias<br/>Merluza a la vizcaina<br/>Brócoli al vapor<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>605,6Kcal - Prot:26,0g - Lip:14,6g - HC:89,6g<br/>AGS:2,2g - Azúcares:20,0g - Sal:1,8g</p>              | <p style="text-align: right;"><b>18</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>506,6Kcal - Prot:17,8g - Lip:8,0g - HC:83,5g<br/>AGS:0,9g - Azúcares:23,3g - Sal:1,6g</p>                 | <p style="text-align: right;"><b>18</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>506,6Kcal - Prot:17,8g - Lip:8,0g - HC:83,5g<br/>AGS:0,9g - Azúcares:23,3g - Sal:1,6g</p>                                 | <p style="text-align: right;"><b>18</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>506,6Kcal - Prot:17,8g - Lip:8,0g - HC:83,5g<br/>AGS:0,9g - Azúcares:23,3g - Sal:1,6g</p>                                    | <p style="text-align: right;"><b>18</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/>Pan<br/>Fruta fresca</p> <p>506,6Kcal - Prot:17,8g - Lip:8,0g - HC:83,5g<br/>AGS:0,9g - Azúcares:23,3g - Sal:1,6g</p> |

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|   |   |  |  |   |
|---|---|--|--|---|
|   |   |  |  |   |
|   | <p>1</p> <p>Tallarines con tomate<br/>Empanadillas y rabas<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                       | <p>2</p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Tortilla de queso<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur natural y pan</p>                         | <p>3</p> <p>Crema de calabacín<br/>Estofado de pavo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Fruta fresca y pan</p>            | <p>4</p> <p>Arroz tres delicias<br/>Merluza a la vizcaína<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan</p>         |
| <p>7</p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                             | <p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>   | <p>9</p> <p>Arroz con zanahoria y calabacín<br/>Caballa en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan</p> | <p>10</p> <p>Lentejas con chorizo.<br/>Revuelto de huevo<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                  | <p>11</p> <p>Espirales gratinados<br/>Croquetas de jamón<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p> |
| <p>14</p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Ragout de ternera con patatas<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                         | <p>15</p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>                | <p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla de pavo<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur natural y pan</p>              | <p>17</p> <p>Sopa de pescado con estrellitas<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>18</p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>          |
| <p>21</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Cinta de lomo adobado a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan</p> | <p>23</p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Huevos molí<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p>                            | <p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                                   | <p>25</p> <p><b>¡FELICES VACACIONES!</b></p>  |
| <p>28</p> <p>Arroz con verduras<br/>Albóndigas de ternera con verduritas<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                              | <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Tortilla de patata<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan</p>            | <p>30</p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>San jacobó<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur natural y pan</p>               |  |   |



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
|  | <p><b>1</b></p> <p>Espirales sin gluten con tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>          | <p><b>2</b></p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur natural y pan sin gluten</p>                                  | <p><b>3</b></p> <p>Crema de calabacín<br/>Estofado de pollo<br/>Pasta sin gluten salteada<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>                     | <p><b>4</b></p> <p>Arroz con verduras<br/>Merluza a la vizcaina<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>                                  |
| <p><b>7</b></p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>                                  | <p><b>8</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>        | <p><b>9</b></p> <p>Arroz a banda<br/>Caballa en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan sin gluten</p>                            | <p><b>10</b></p> <p>Crema de puerro y calabacín<br/>Revuelto de huevo<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>                 | <p><b>11</b></p> <p>Espirales sin gluten con atún<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan sin gluten</p> |
| <p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Ragout de ternera con patatas<br/><br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>                              | <p><b>15</b></p> <p>Espaguetis sin gluten aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>        | <p><b>16</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur natural y pan sin gluten</p>                      | <p><b>17</b></p> <p>Sopa de pescado con pasta sin gluten<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p> | <p><b>18</b></p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/><br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>                                  |
| <p><b>21</b></p> <p>Crema de puerro y calabacín<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p> | <p><b>22</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Helado sabores y pan sin gluten</p> | <p><b>23</b></p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan sin gluten</p>                               | <p><b>24</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>  | <p><b>25</b></p> <p><b>¡FELICES VACACIONES!</b></p>   |
| <p><b>28</b></p> <p>Arroz con verduras<br/>Ternera con salsa de zanahorias<br/><br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>  | <p><b>29</b></p> <p>Macarrones sin gluten con tomate<br/>Tortilla de patata<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan sin gluten</p>    | <p><b>30</b></p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur natural y pan sin gluten</p> |   |   |

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
|  | <p>1</p> <p>Tallarines con tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                   | <p>2</p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur de soja y pan</p>                                  | <p>3</p> <p>Crema de calabacín<br/>Estofado de pavo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Fruta fresca y pan</p>          | <p>4</p> <p>Arroz con verduras<br/>Merluza a la vizcaína<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan</p>                           |
| <p>7</p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                            | <p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                  | <p>9</p> <p>Arroz a banda<br/>Caballa en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur de soja y pan</p>                          | <p>10</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Revuelto de huevo<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                | <p>11</p> <p>Espirales con tomate<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur de soja y pan</p> |
| <p>14</p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Ragout de ternera con patatas<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                        | <p>15</p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>                  | <p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur de soja y pan</p>                      | <p>17</p> <p>Sopa de pescado con estrellas<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>18</p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                           |
| <p>21</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur de soja y pan</p> | <p>23</p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur de soja y pan</p>                             | <p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>      | <p>25</p> <p><b>¡FELICES VACACIONES!</b></p>   |
| <p>28</p> <p>Arroz con verduras<br/>Ternera con salsa de zanahorias<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                                  | <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Tortilla de patata<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan</p>              | <p>30</p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur de soja y pan</p> |  |  |

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
|  | <p>1</p> <p>Tallarines con tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                 | <p>2</p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur natural y pan</p>                  | <p>3</p> <p>Crema de calabacín<br/>Estofado de pavo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Fruta fresca y pan</p>            | <p>4</p> <p>Arroz con verduras<br/>Merluza a la vizcaína<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan</p>                         |
| <p>7</p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                            | <p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                | <p>9</p> <p>Arroz a banda<br/>Caballa en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan</p>                            | <p>10</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Filete de pollo a la plancha<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>       | <p>11</p> <p>Espirales con tomate<br/>Cinta de lomo fresco a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p> |
| <p>14</p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Ragout de ternera con patatas<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                        | <p>15</p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>                | <p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Cinta de lomo fresco a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur natural y pan</p>      | <p>17</p> <p>Sopa de pescado con estrellitas<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>18</p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                         |
| <p>21</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Cinta de lomo fresco a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan</p> | <p>23</p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Filete de pollo a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p>                    | <p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>        | <p>25</p> <p>(¡FELICES VACACIONES!)</p>  |
| <p>28</p> <p>Arroz con verduras<br/>Ternera con salsa de zanahorias<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                                  | <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Pechuga de pollo al horno<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan</p>     | <p>30</p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>Cinta de lomo fresco a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur natural y pan</p> |  |  |

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
|   | <p>1</p> <p>Tallarines con tomate<br/>Filete de pollo a la plancha<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                      | <p>2</p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Tortilla de queso<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur natural y pan</p>            | <p>3</p> <p>Crema de calabacín<br/>Blanqueta de pavo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Fruta fresca y pan</p>  | <p>4</p> <p>Arroz tres delicias<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan</p> |
| <p>7</p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                             | <p>8</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/>Fruta fresca y pan</p>   | <p>9</p> <p>Arroz con zanahoria y calabacín<br/>Jamón asado<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan</p>   | <p>10</p> <p>Lentejas con chorizo.<br/>Revuelto de huevo<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>         | <p>11</p> <p>Espirales gratinados<br/>Croquetas de jamón<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p>     |
| <p>14</p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Ragout de ternera con patatas<br/>Fruta fresca y pan</p>                              | <p>15</p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>            | <p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla de pavo<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur natural y pan</p> | <p>17</p> <p>Sopa de ave con fideos<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>18</p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/>Fruta fresca y pan</p>                   |
| <p>21</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Cinta de lomo adobado a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de ternera a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Helado sabores y pan</p> | <p>23</p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p>         | <p>24</p> <p>Sopa de cocido con fideos<br/>Cocido completo<br/>Fruta fresca y pan</p>                               | <p>25</p> <p>¡FELICES VACACIONES!</p>   |
| <p>28</p> <p>Arroz con verduras<br/>Albóndigas de ternera con verduritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                                   | <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Tortilla de patata<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan</p>                   | <p>30</p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>San Jacobo<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur natural y pan</p>  |   |   |



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
|   | <p>1</p> <p>Tallarines con tomate<br/>Empanadillas y rabas<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                          | <p>2</p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Tortilla de queso<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur natural y pan</p>                          | <p>3</p> <p>Crema de calabacín<br/>Blanqueta de pavo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Fruta fresca y pan</p>           | <p>4</p> <p>Arroz con verduras<br/>Merluza a la vizcaina<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan</p>                    |
| <p>7</p> <p>Crema de coliflor<br/>Tortilla francesa<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                               | <p>8</p> <p>Sopa de ave con fideos<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                      | <p>9</p> <p>Arroz a banda<br/>Caballa en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur sabor y pan</p>                    | <p>10</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Revuelto de huevo<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                  | <p>11</p> <p>Espirales gratinados<br/>Filete de pollo a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p> |
| <p>14</p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Ragout de ternera con patatas<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                   | <p>15</p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>                   | <p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla de pavo<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur natural y pan</p>               | <p>17</p> <p>Sopa de pescado con estrellitas<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>18</p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                    |
| <p>21</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Filete de pollo a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Helado sabores y pan</p> | <p>23</p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Huevos moll<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur sabor y pan</p>                             | <p>24</p> <p>Sopa de ave con fideos<br/>Garbanzos con patata, col, pollo y ternera<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>           | <p>25</p> <p><b>¡FELICES VACACIONES!</b></p>  |
| <p>28</p> <p>Arroz con verduras<br/>Albóndigas de ternera con verduritas<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                        | <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Tortilla de patata<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan</p>               | <p>30</p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>Pechuga de pollo al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur natural y pan</p> |  |   |



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
|  | <p>1</p> <p>Tallarines con tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                   | <p>2</p> <p>Potaje de garbanzos<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur de soja y pan</p>                                  | <p>3</p> <p>Crema de calabacín<br/>Estofado de pavo<br/>Macarrones en blanco salteados<br/>Fruta fresca y pan</p>            | <p>4</p> <p>Arroz con verduras<br/>Merluza a la vizcaína<br/>Brócoli al vapor<br/>Fruta fresca y pan</p>                           |
| <p>7</p> <p>Crema de coliflor<br/>Magro de cerdo con tomate<br/>Patatas fritas<br/>Fruta fresca y pan</p>                            | <p>8</p> <p>Sopa de ave con fideos<br/>Garbanzos con patata y pollo<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                                   | <p>9</p> <p>Arroz a banda<br/>Cabalía en salsa de tomate<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur de soja y pan</p>                          | <p>10</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Revuelto de huevo<br/>Ensalada de lechuga<br/>Fruta fresca y pan</p>                  | <p>11</p> <p>Espirales con tomate<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur de soja y pan</p> |
| <p>14</p> <p>Crema de verduras y hortalizas<br/>Filete de pollo a la plancha<br/>Patatas dado<br/>Fruta fresca y pan</p>             | <p>15</p> <p>Espaguetis aglio-olio<br/>Merluza en salsa verde<br/>Zanahoria baby salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>                  | <p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Yogur de soja y pan</p>                      | <p>17</p> <p>Sopa de pescado con estrellitas<br/>Jamoncitos de pollo al horno<br/>Patatas cocidas<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>18</p> <p>Menestra de verduras salteadas<br/>Alubias pintas con arroz<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                           |
| <p>21</p> <p>Lentejas con verduras<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y tomate<br/>Fruta fresca y pan</p> | <p>22</p> <p>Arroz con salsa de tomate<br/>Filete de merluza al horno<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur de soja y pan</p> | <p>23</p> <p>Judías verdes al ajillo<br/>Tortilla francesa<br/>Ensalada de lechuga y maíz<br/>Yogur de soja y pan</p>                             | <p>24</p> <p>Sopa de ave con fideos<br/>Garbanzos con patata y pollo<br/><br/>Fruta fresca y pan</p>                         | <p>25</p> <p>¡FELICES VACACIONES!</p>  |
| <p>28</p> <p>Arroz con verduras<br/>Pechuga de pollo al horno<br/>Zanahoria dado salteada<br/>Fruta fresca y pan</p>                 | <p>29</p> <p>Macarrones con tomate<br/>Tortilla de patata<br/>Ensalada de lechuga y remolacha<br/>Fruta fresca y pan</p>              | <p>30</p> <p>Patatas estofadas con verduras<br/>Cinta de lomo fresca a la plancha<br/>Ensalada de lechuga y zanahoria<br/>Yogur de soja y pan</p> |  |  |