

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

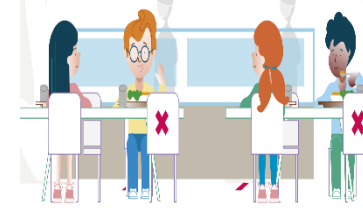
VIERNES



INTERNATIONAL SCHOOL
BENIDORM
since 1956



serunion@



VIERNES 4

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 4

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 5

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

MIÉRCOLES 6

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

JUEVES 7

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 8

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

FESTIVO

FESTIVO

MIÉRCOLES 13

ENSALADA ITALIANA
CREMA DE VERDURAS Y PICATOSTES
LENGUADO AL HORNO CON PATATAS Y CEBOLLA
MENESTRA SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 658 LIP 29 PROT 38 HC 66

JUEVES 14

ENSALADA DE PEPINO Y HUEVO
MACARRONES CON SALSA BOLOÑESA
LOMO ADOBADO
PATATAS FRITAS
FRUTA/YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 712 LIP 35 PROT 35 HC 77

VIERNES 15

ENSALADA GRIEGA
FIDEUÀ DE VERDURAS
MERLUZA A LA VIZCAINA
GUISANTES SALTEADOS
POSTRE CASERO
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 704 LIP 24 PROT 40 HC 80

LUNES 18

ENSALADA FRESCA
ESPAGUETIS ECO CARBONARA
TORTILLA DE PATATA
ASADILLO DE PIMIENTOS
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 761 LIP 32 PROT 19 HC 85

MARTES 19

ENSALADA ARCOIRIS
CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES
PESCADO REBOZADO
CALABACÍN PLANCHA
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 667 LIP 30 PROT 36 HC 62

MIÉRCOLES 20

ENSALADA DEL CHEF
POTAJE DE ALUBIA BLANCA
POLLO AL LIMÓN
CALABAZA AL HORNO
YOGUR
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 619 LIP 21 PROT 37 HC 63

JUEVES 21

ENSALADA GRIEGA
SOPA DE AVE CON FIDEOS Y GARBANZOS
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
VERDURITAS AL HORNO
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 856 LIP 33 PROT 34 HC 104

VIERNES 22

ENSALADA CAMPESINA
PAELLA DE VERDURAS
MERLUZA EN SALSA VERDE
PATATAS A LO POBRE
POSTRE CASERO
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 640 LIP 19 PROT 29 HC 86

LUNES 25

ENSALADA ORIENTAL
GAZPACHO MANCHEGO
LENGUADINA AL AJILLO
BERENJENA PLANCHA
FRUTA
PAN BLANCO/INTEGRAL
KCAL 592 LIP 23 PROT 39 HC 51

MARTES 26

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 27

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 28

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 29

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