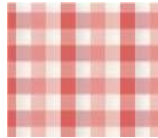

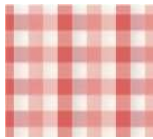

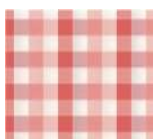


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Atendiendo al Rqto. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias</p>	<p><i>*Este menú puede sufrir modificaciones si se detecta en la revisión diaria que alguno de los ingredientes contiene algún alimento no permitido para la dieta</i></p>		<p>01</p>  <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>02</p>  <p><b>DIA NO LECTIVO</b></p>
<p>05</p>  <p><b>DIA NO LECTIVO</b></p>	<p>06</p>  <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>07</p>  <p><b>DIA NO LECTIVO</b></p>	<p>08</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pisto de verduras</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>09</p> <p>Macarrones en salsa de tomate casera gratinados</p> <p>Salmón al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>
<p>12</p> <p>Alubias guisadas con sofrito casero</p> <p>Albóndigas con salsa de cebolla</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>13</p> <p>Paella de verduritas</p> <p>Abadejo a la andaluza</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Yogur y pan integral</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>14</p> <p>Crema de judía verde, calabacín y zanahoria</p> <p>San jacob de pollo</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>15</p> <p>Espirales con tomate casero y albahaca</p> <p>Revuelto de jamón york y champiñones</p> <p>Guisantes salteados</p> <p>Yogur y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>16</p> <p>Lentejas con zanahoria y sofrito de pimientos casero</p> <p>Pollo al ajillo</p> <p>Patatas provenzal con ajo y tomillo</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>
<p>19</p> <p>Coditos salteados con york</p> <p>Palitos de merluza</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>20</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Magro de cerdo en salsa aromática</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Yogur y pan integral</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>21</p> <p>Garbanzos con verdura</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>22</p> <p>Arroz a la milanese</p> <p>Caballa en salsa de tomate</p> <p>Judías verdes salteadas</p> <p>Yogur y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>23</p> <p>Sopa casera tradicional de fideos</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales</p> <p>Patatas dado fritas</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>
<p>26</p> <p>Crema parmentiere</p> <p>Hamburguesa a la jardinera</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>27</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Merluza a la bilbaína</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Yogur y pan integral</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>28</p> <p>Sopa de puchero con garbanzos y pollo</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>29</p> <p>Macarrones con chorizo</p> <p>Filete de pollo moruno al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>	<p>30</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Filete de abadejo a la romana</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca y pan blanco</p> <p>NO PIÑA NI MELON</p>

# la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

## 01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!  
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

## 02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

## 04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

## 03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

## RECOMENDADOR DE CENAS

### PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

### SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Pescado



Huevo



Verdura



Huevo



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo