

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Atendiendo al Rgto. 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>Fruta Fresca Temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, melón y sandía</p> <p>La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada</p>	<p>01</p>  <p>Vacaciones Semana Santa</p>	<p>02</p>  <p>Vacaciones Semana Santa</p>	<p>03</p>  <p>Vacaciones Semana Santa</p>
<p>06</p> <p>Espinacas salteadas con jamón serrano</p> <p>Tortilla de patata y cebolla plancha</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>07</p> <p>Arroz integral con salsa de tomate casera</p> <p>Jamoncitos de pollo asados</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan integral</p>	<p>08</p> <p>Sopa de ave con arroz</p> <p>Cinta de lomo al horno o a la plancha</p> <p>Patatas provenzal con ajo y tomillo</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>09</p> <p>Vichyssoise (puerro)</p> <p>Revuelto de huevo salteado</p> <p>Tomate aliñado</p> <p>Yogures sabores variados y pan integral</p>	<p>10</p> <p>Brócoli salteado con patatas</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
<p>13</p> <p>Arroz salteado con zanahoria</p> <p>Huevos duros con pisto salteado</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>14</p> <p>Crema de boniato, calabaza y puerro</p> <p>Daditos de pollo en salsa</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta fresca y pan integral</p>	<p>15</p> <p>Espinacas salteadas con jamón serrano</p> <p>Filete de cerdo horno/plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>16</p> <p>Coliflor salteada a la gallega (patata, pimentón)</p> <p>Revuelto de huevo salteado</p> <p>Brócoli salteado con patatas</p> <p>Yogures sabores variados y pan integral</p>	<p>17</p> <p>Arroz napolitana (salsa tomate, orégano)</p> <p>Bacaladilla en salsa (tomate, pimiento, cebolla)</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
<p>20</p> <p>Patatas estofadas con verduras (acelga, zanahoria, puerro)</p> <p>Filete de cerdo horno/plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>21</p> <p>Arroz integral con salsa de tomate casera</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil</p> <p>Patatas dado al ajillo</p> <p>Fruta fresca y pan integral</p>	<p>22</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Revuelto de huevo salteado</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>23</p> <p>Espinacas salteadas con jamón serrano</p> <p>Tortilla de patata y cebolla plancha</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogures sabores variados y pan integral</p>	<p>24</p> <p>Sopa de ave con arroz</p> <p>Filete de pollo en salsa de tomate y pimiento</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
<p>27</p> <p>Arroz a banda (calamar, gamba)</p> <p>Tortilla francesa horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>28</p> <p>Espinacas salteadas con patatas</p> <p>Filete de pollo a la plancha</p> <p>Pisto de verduras salteado</p> <p>Fruta fresca y pan integral</p>	<p>29</p> <p>Brócoli salteado con patatas</p> <p>Salmón al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>30</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Revuelto de huevo salteado</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogures sabores variados y pan integral</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.

03 Sostenibilidad

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

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.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...	Para cenar puede ser...
 Verdura	 Pasta/Arroz
 Pasta/Arroz	 Verdura
 Legumbres	 Verdura  Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...	Para cenar puede ser...
 Huevo	 carne  Pescado
 Pescado	 Huevo  carne
 Legumbres	 Verdura  Huevo
 carne	 Huevo  Pescado
 Fruta	 lácteo

