

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

1
Sopa de ave con fideos
Chuleta de sajonia con lechuga
Fruta

4
Patatas guisadas con magro
Tortilla francesa con lechuga y maíz
Fruta

5
Alubias pintas estofadas
Filete de merluza a la romana con rodaja de tomate
Lácteo

6
FESTIVO

7
NO LECTIVO

8
FESTIVO

11
Lentejas estofadas
Skipper de bacalao con lechuga
Fruta

12
Sopa minestrone
Albóndigas con patatas dado
Fruta

13
Arroz con salsa de tomate
Salmón horneado al eneldo
Fruta

14
Alubias blancas con chorizo
Huevos cocidos con tomate
Fruta

15
Menestra salteada con bacon
Contramuslo de pollo al ajillo con lechuga
Lácteo

18
Lazos con tomate
Merluza a la crema con finas hierbas
Fruta

19
Lentejas a la riojana
Tortilla de patata con rodaja de tomate
Fruta

20
Crema parmentiere con picatostes
Lomo adobado a la plancha con lechuga y zanahoria rallada
Lácteo

21
Arroz con pollo
Calamares a la romana con mahonesa
Fruta

22
MENÚ ESPECIAL
NAVIDAD

!!!! FELIZ NAVIDAD !!!!

Fruta

Fruta

Fruta

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.



¡Feliz Navidad!

La época navideña es una buena ocasión para enseñar a los niños y niñas las tradiciones culinarias de estas fechas. Unas galletas de Navidad hechas en casa pueden ser un bonito (¡y sabroso!) detalle para toda la familia. Aprovechemos también las frutas deshidratadas como los orejones, ciruelas y uvas pasas en diferentes recetas, ya que son ricas en fibra y minerales y pueden ser una alternativa más saludable a los típicos turroneos y polvorones.



Curiosidades

La tradición de montar un belén representando el nacimiento de Jesús tiene casi 800 años. La primera celebración navideña en la que se hizo fue para la Nochebuena de 1223 en una cueva en Greccio (Italia) por San Francisco de Assis.



RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA

CENA

 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 
 + 	 + 



fruta



lácteo



lácteo



fruta

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com