



JUNIO 2021

BASAL INFANTIL OSOS

EVEREST SCHOOL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

PURÉ DE VERDURAS CON POLLO 13

LÁCTEO 2

332,8 Kcal; prot: 18,6g; Lip: 9,5g; HC: 39,05g

3

PURÉ DE VERDURAS CON LENGADINA 4,13

LÁCTEO 2

277,5 Kcal; Prot: 13,6g; Lip: 6,3g; HC: 39,7g

4

PURÉ DE VERDURAS CON POLLO 13

LÁCTEO 2

314,6 Kcal; Prot: 12,7g; Lip: 13,9g; HC: 27,7g

5

CREMA DE VERDURAS CON LENGADINA 4,13

LÁCTEO 2

210 kcal; Prot: 13,28g; Lip: 4,14g; HC: 27,75g

6

PURE DE VERDURAS CON HUEVO 3,13

LÁCTEO 2

298,7 kcal; Prot: 13,5g; Lip: 13,4g; HC: 26,3g

7

CREMA DE CALABAZA CON LENGADINA 4,13

LÁCTEO 2

199,8 kcal; Prot: 12,9g; Lip: 4,1g; HC: 25,7g

8

PURÉ DE VERDURAS CON PAVO 13

LÁCTEO 2

266 kcal; prot: 13,91g; Lip: 10,05g; HC: 27,75g

9

PURÉ DE VERDURAS CON POLLO 13

LÁCTEO 2

332,79 kcal; prot: 18,64g; Lip: 9,52g; HC: 39,05g

10

CREMA DE VERDURAS CON LENGADINA 4,13

LÁCTEO 2

228 kcal; Prot: 13,28g; Lip: 6,14g; HC: 27,75g

11

PURÉ DE VERDURAS Y POLLO 13

LÁCTEO 2

296,7 kcal; prot: 12,03g; Lip: 9,13g; HC: 39,7g

12

PURÉ DE VERDURAS CON LACÓN 13

PAN\*

264 Kcal; Prot: 9g; Lip: 5,8g; HC: 38,3g

13

PURÉ DE VERDURAS Y PAVO 13

LÁCTEO 2

251,1 Kcal, Prot: 13,6g; Li: 7,4g; HC: 29,9g

14

PURÉ DE VERDURAS Y POLLO 13

LÁCTEO 2

247,8 Kcal; prot: 11,7g; Lip: 8,9g; HC: 27,7g

15

CREMA DE VERDURAS Y LENGADINA 4,13

LÁCTEO 2

210 kcal; Prot: 13,28g; Lip: 4,14g; HC: 27,75g

16

PURÉ DE VERDURAS Y HUEVO 13

LÁCTEO 2

314,6 Kcal; Prot: 12,7g; Lip: 15,9g; HC: 27,7g

17

PURÉ DE VERDURAS Y LENGADINA 4

LÁCTEO 2

277,5 Kcal; Prot: 13,6g; Lip: 6,3g; HC: 39,7g

18

VERANO

19

20

21

22

23

24

25

1 gluten; 2 leche; 3 huevo 4 pescado; 5 crustáceos; 6 moluscos 7 cacahuetes; 8 soja; 9 frutos secos 10 apios; 11 mostaza; 12 sésamo 13 sulfitos; 14 altramuces; 15 otros; T trazas \*Pan: contiene gluten, puede contener sésamo y frutos de cáscara



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

GARBANZOS A LA RIOJANA 13  
TAQUITOS DE POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA DADOS DE CALABACÍN FRUTA FRESCA  
PAN \*  
499,92 Kcal 43,76 g HC 31,92 g Prot 19,28 g Lip

2

SOPA DE LLUVIA 1,3T  
FILETE DE LENGUADINA EN SALSA A LA VIZCAINA 4  
LECHUGA Y ZANAHORIA 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*  
391,2 Kcal 33,5 g HC 17,4 g Prot 8,2 g Lip

3

PURE DE VERDURAS 13  
HAMBURGUESA CON SALSA DE TOMATE 8,13  
ZANAHORIA BABY  
FRUTA FRESCA  
PAN \*  
510,7 Kcal; Prot: 21,4g; Lip: 25,7g; HC: 58,2g

4

CODITOS CON TOMATE 1,3T  
LENGUADINA AL HORNO EN SALSA VERDE CON GUISANTES 4  
PATATAS FRITAS  
LÁCTEO 2  
PAN \*  
536,05 Kcal 64,7 g HC 26,7 g Prot 17,68 g Lip

7

LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO 1T,13  
TORTILLA FRANCESA 3  
LECHUGA Y MAÍZ 13  
LÁCTEO O FRUTA 2  
PAN \*  
98,23 Kcal 45,69 g HC 28,51 g Prot 31,96 g Lip

8

CREMA DE CALABAZA 13  
LENGUADINA AL HORNO 4  
ENSALADA DE TOMATE 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*  
398,5 Kcal 41,5 g HC 18,6 g Prot 12,9 g Lip

9

PAELLA VALENCIANA 4,5,6  
TAQUITOS DE PAVO EN SALSA A LA JARDINERA  
PATATAS DADO 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*  
581,76 Kcal 59,68 g HC 31,52 g Prot 23,36 g Lip

10

SOPA DE COCIDO 1,3T  
COCIDO COMPLETO (GARBANZOS,PATATA,ZANAHORIA,POLLO,  
#¡REF!  
PAN \*  
492,96 Kcal 56,08 g HC 20,08 g Prot 18,48 g Lip

11

MACARRONES CON TOMATE Y QUESO 1,2,3T  
LENGUADINA A LA VIZCAINA 4  
PATATAS AL HORNO 13  
FRUTA FRESCA  
PAN\*  
536,88 Kcal 61,44 g HC 27,28 g Prot 19,2 g Lip

14

ARROZ CON POLLO Y GUISANTES  
TORTILLA FRANCESA 3  
LECHUGA Y MAIZ 13  
LÁCTEO 2  
PAN\*  
509,92 Kcal 55,85 g HC 22,13 g Prot 21,58 g Lip

15

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y CHORIZO13  
LACÓN PLANCHA  
PATATA COCIDA 13  
FRUTA FRESCA  
PAN\*  
615,36 Kcal 71,36 g HC 31,52 g Prot 18,8 g Lip

16

SOPA DE PICADILLO 1,3T  
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA 8,13  
PATATAS DADO 13  
FRUTA FRESCA  
PAN\*  
558,03 Kcal 52,26 g HC 19,69 g Prot 27,91 g Lip

17

PURÉ DE VERDURAS 13  
POLLO AL CHILINDRON  
ARROZ SALTEADO  
FRUTA FRESCA  
PAN\*  
483,04 Kcal 48,4 g HC 29,92 g Prot 19,76 g Lip

18

CODITOS CON TOMATE 1,3T  
F.DE LENGUADINA A LA RIOJANA 4  
ZANAHORIA BABY  
LÁCTEO 2  
PAN\*  
465,76 Kcal 54,48 g HC 26,08 g Prot 14,88 g Lip

21

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
SOPA DE PICADILLO 1,3T  
NUGGETS DE POLLO 1,2T,3,4T,5T,6T,9T,10T  
HELADO 2,3T,8T,9T

22

ARROZ CON SALSA DE TOMATE  
FILETE DE LENGUADINA EN SALSA VIZCAINA 4  
LECHUGA Y TOMATE 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*  
378,2 Kcal 53,19 g HC 18,09 g Prot 9,4 g Lip

23

VERANO

24

VACACIONES DE VERANO

1 gluten; 2 leche; 3 huevo 4 pescado; 5 crustáceos; 6 moluscos 7 cacahuetes; 8 soja; 9 frutos secos 10 apios; 11 mostaza; 12 sésamo 13 sulfitos; 14 almendras; 15 otros; T trazas \*Pan: contiene gluten, puede

Blank menu box

Blank menu box

Blank menu box

Blank menu box

Blank menu box



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**1**

GARBANZOS A LA RIOJANA 13  
TAQUITOS DE POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA  
BERENJENA REBOZADA 1,2,4,5,6  
LÁCTEO 2  
PAN \*

624,9 Kcal; Prot: 39,9g; Lip: 24,1g; HC: 54,7g

**2**

SOPA DE LLUVIA 1,3T  
RABAS DE CALAMAR 1,2T,3,4,5T,6  
LECHUGA Y ZANAHORIA 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*

521,8g Kcal; Prot: 20,3g; Lip: 17,5g; HC: 52,4g

**3**

PURE DE VERDURAS 13  
HAMBURGUESA CON SALSA DE TOMATE 8,13  
ZANAHORIA BABY  
LÁCTEO 2  
PAN \*

510,7 Kcal; Prot: 21,4g; Lip: 25,7g; HC: 58,2g

**4**

CODITOS CON TOMATE 1,3T  
LENGUADINA AL HORNO EN SALSA VERDE CON GUISANTES 4  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA  
PAN \*

838,8 Kcal; Prot: 39,4g; Lip: 33,6g; HC: 91,5g

**7**

LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO 1T,13  
TORTILLA ESPAÑOLA 3  
LECHUGA Y MAÍZ 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*

757,4 Kcal; Prot: 29,32g; Lip: 36,81g; HC: 70,76g

**8**

CREMA DE CALABAZA 13  
DELICIAS DE MERLUZA 1,2,3,4,5T,6T  
ENSALADA DE TOMATE 13  
LÁCTEO 2  
PAN \*

565,5 Kcal; Prot: 20,3g; Lip: 19,3g; HC: 60,2g

**9**

PAELLA VALENCIANA 4,5,6  
TAQUITOS DE PAVO EN SALSA A LA JARDINERA  
PATATAS DADO 13  
FRUTA FRESCA  
PAN \*

727,2 Kcal; Prot: 39,4g; Lip: 29,2g; HC: 74,6g

**10**

SOPA DE COCIDO 1,3T  
COCIDO COMPLETO (GARBANZOS,PATATA,ZANAHORIA,  
LÁCTEO 2  
PAN \*

616,2 Kcal; Prot: 25,1g; Lip: 23,1g; HC: 70,1g

**11**

MACARRONES CON TOMATE Y QUESO 1,2,3T  
LENGUADINA A LA VIZCAINA 4  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA  
PAN \*

671,1 Kcal; Prot: 34,1g; Lip: 24,0g; HC: 76,8g

**14**

ARROZ CON POLLO Y GUISANTES  
HUEVOS MOLL 1,2,3,4T,5T,6T,8  
LECHUGA Y MAIZ 13  
FRUTA FRESCA  
PAN\*

632,5 Kcal; Prot: 20,3g; Lip: 22,3g; HC: 83,9g

**15**

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y CHORIZO 13  
LACÓN A LA GALLEGA 13  
PATATAS COCIDAS 13  
LÁCTEO 2  
PAN\*

769,2 Kcal; Prot: 39,4g; Lip: 23,5g; HC: 89,2g

**16**

SOPA DE PICADILLO 1,3T  
MAGRO DE CERDO EN SALSA CON GUISANTES  
PATATAS DADO 13  
FRUTA FRESCA  
PAN\*

628,3 Kcal; Prot: 35,9g; Lip: 24,7g; HC: 60,52

**17**

PURÉ DE VERDURAS 13  
POLLO AL CHILINDRON  
ARROZ SALTEADO  
LÁCTEO 2  
PAN\*

603,83 Kcal; Prot: 37,4g; Lip: 23,2g; HC: 57,71g

**18**

CODITOS CON TOMATE Y QUESO 1,2,3T  
F.DE LENGUADINA A LA RIOJANA 4  
ZANAHORIAS BABY SALTEADAS  
FRUTA FRESCA  
PAN\*

582,2 Kcal; Prot: 32,6g; Lip: 18,6g; HC: 68,1

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO 21**

SOPA DE PICADILLO 1,3T  
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO 1,2,3T,4T,8T  
HELADO 2,3T,8T,9T

**22**



**23**

VACACIONES DE VERANO

**24**

VACACIONES DE VERANO

**25**

VACACIONES DE VERANO

**26**

VACACIONES DE VERANO

**27**

VACACIONES DE VERANO

**28**

VACACIONES DE VERANO

**29**

VACACIONES DE VERANO

**30**

1 gluten; 2 leche; 3 huevo 4 pescado; 5 crustáceos; 6 moluscos 7 cacahuetes; 8 soja; 9 frutos secos 10 apios; 11 mostaza; 12 sésamo 13 sulfitos; 14 altramuces; 15 otros; T trazas \*Pan: contiene gluten, puede contener sésamo y frutos de cáscara



JUNIO 2021

BASAL SECUNDARIA

EVEREST SCHOOL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

GARBANZOS A LA RIOJANA 13

ENSALADA VERDE CON HUEVO 3,13  
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMON

BERENJENA REBOZADA  
1,2,4,5,6/ENSALADA VARIADA  
LÁCTEO 2

SOPA DE LLUVIA 1, 3T

COLIFLOR REHOGADA

RABAS DE CALAMAR 1,2T,3,4,5T,6

LECHUGA Y ZANAHORIA 13/RODAJA DE  
TOMATE 13/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA FRESCA

PURE DE VERDURAS 13

HAMBURGUESA CON SALSA DE TOMATE 8,13  
LACÓN A LA PLANCHA CON PIMENTÓN Y  
ZANAHORIA BABY/CHAMPIÑONES  
SALTEADOS/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
LÁCTEO 2 / POSTRE LÁCTEO 2

CODITOS CON TOMATE 1,3T

LENGUADINA AL HORNO EN SALSA VERDE  
TORTILLA FRANCESA 3  
PATATAS FRITAS/ENSALADA DE TOMATE  
13/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA FRESCA

LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO 1T,13

BRÓCOLI REHOGADO  
TORTILLA ESPAÑOLA 3

LECHUGA Y MAIZ 13/PIMIENTO  
ASADO/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA FRESCA

CREMA DE CALABAZA 13

CANELONES DE CARNE 1,2T,3T,4T,5T,6T,8T  
DELICIAS DE MERLUZA 1,2,3,4,5T,6T

ENSALADA DE TOMATE 13 /ENSALADA  
VARIADA CON ACEITUNAS 13/GAZPACHO  
LÁCTEO 2

PAELLA VALENCIANA 4,5,6

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
TAQUITOS DE PAVO EN SALSA A LA

PATATAS DADO 13/ENSALADA VARIADA  
13/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA

SOPA DE COCIDO 1,3T

ENSALADA DEL CHEF 1,2,3,11,13  
COCIDO COMPLETO

LÁCTEO 2 / POSTRE LÁCTEO 2

MACARRONES CON TOMATE Y QUESO  
1,2,3T

LENGUADINA A LA VIZCAINA 4  
TORTILLA FRANCESA 3  
VERDURITAS SALTEADAS/PATATAS FRITAS/  
GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA

ARROZ CON POLLO Y GUISANTES

PATATAS A LA RIOJANA 13  
HUEVOS MOLL 1,2,3,4T,5T,6T,8

LECHUGA Y MAIZ 13/ GUISANTES  
SALTEADOS/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA FRESCA

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y  
CHORIZO 13

CALABACÍN REHOGADO CON BACÓN 8  
LACÓN A LA GALLEGA 13

PATATAS COCIDAS 13 /ENSALADA  
VARIADA 13/ GAZPACHO 1,9T,12T,13  
LÁCTEO 2

SOPA DE PICADILLO 1,3T

MENESTRA REHOGADA 13  
MAGRO DE CERDO EN SALSA CON

PATATAS DADO 13/ENSALADA VARIADA  
13/ GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA FRESCA

PURÉ DE VERDURAS 13

ESPAGUETIS CON TOMATE Y BACÓN 1,3T,8  
POLLO AL CHILINDRON

ARROZ SALTEADO/ENSALADA VARIADA  
13/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
LÁCTEO 2 / POSTRE LÁCTEO 2

CODITOS CON TOMATE Y QUESO 1,2,3T

F.DE LENGUADINA A LA RIOJANA 4  
MERLUZA EMPANADA 1,4,2T,3T,5T,6T,8T  
ZANAHORIAS BABY SALTEADAS /  
ENSALADA/GAZPACHO 1,9T,12T,13  
FRUTA FRESCA

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**

SOPA DE PICADILLO 1,3T  
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO 1,2,3T,4T,8T

HELADO 2,3T,8T,9T



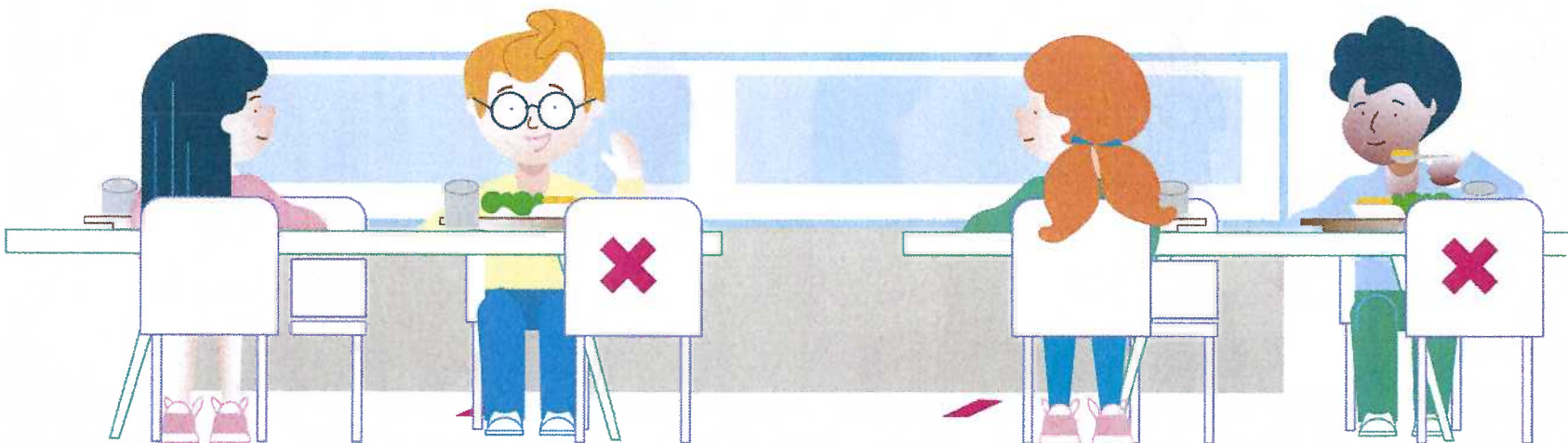
VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

1 gluten; 2 leche; 3 huevo 4 pescado;  
5 crustáceos; 6 moluscos 7  
cacahuets; 8 soja; 9 frutos secos 10  
apios; 11 mostaza; 12 sésamo 13  
sulfitos; 14 altramuces; 15 otros; T  
trazas \*Pan: contiene gluten, puede  
contener sésamo y frutos de cáscara

# 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:

