



**MARTES/DIMARTS 01**

*Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96*  
Ensalada de lechuga, cebolla y tomate  
Amanida d'enciam, ceba i tomaca  
**Garbanzos ECO** salteados con cebolla y jamón serrano  
**Cigrons ECO** saltats amb ceba i pernil serrà  
Tortilla francesa y dados de calabacín  
Truita francesa i daus de carabasseta  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**MIÉRCOLES/DIMECRES 02**

*Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72*  
Ensalada de lechuga, tomate y huevo  
Amanida d'enciam, tomata i ou  
Sopa de verduras con fideos  
Sopa de verduras amb fideus  
Hamburguesa completa  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**JUEVES/DIJOUS 03**

*Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108*  
Ensalada de lechuga, tomate y pepino  
Amanida d'enciam, tomaca i cogombre  
Tallarines con atún y tomate  
Tallarins amb tonyina i tomaca  
Albóndigas de bacalao con mouse de guisantes  
Mandonguilles de bacallà amb mouse de pèsols  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**VIERNES/DIVENDRES 04**

*Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84*  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Amanida d'enciam, tomaca i dacsca  
Arròs amb fesols i naps  
Jamón y queso  
Pernil i formatge  
Lácteo - Lacti  
Pan blanco – Pan integral  
Pa blanc - Pa integral

**LUNES/DILLUNS 07**

**FESTIVO**  
**FESTIU**

**MARTES/DIMARTS 08**

**FESTIVO**  
**FESTIU**

**MIÉRCOLES/DIMECRES 09**

*Kcal629 Prot 29Lip 24HC 68*  
Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas  
Amanida d'enciam, tomaca, ceba i olives  
Guisado de sepia  
Guisat de sèpia  
Revuelto de champiñones  
Remenat de xampinyons  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**JUEVES/DIJOUS 10**

*Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78*  
Ensalada de lechuga, cebolla, surimi y zanahoria  
Amanida d'enciam, ceba, surimi i Carlota  
Coditos a los tres quesos  
Colçets als tres formatges  
Palometa al forn amb samfaina  
Palometa al horno con pisto  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral  
Pa blanc - Pa integral

**VIERNES/DIVENDRES 11**

*Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123*  
Ensalada de lechuga, col y zanahoria  
Amanida d'enciam, col i carlota  
Arroz a banda  
Arròs a banda  
Tosta de jamón serrano  
Tosta de pernil serrà  
Lácteo - Lacti  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**LUNES/DILLUNS 14**

*Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97*  
Ensalada de lechuga, tomate y jamón york  
Amanida d'enciam, tomaca i pernil dolç  
**Lentejas ECO** con verduras y taquitos de jamón  
**Llentilles ECO** amb verdres i taquets de pernil  
Tortilla d'epatata con verduras al wok  
Truita de creïlla amb verdres al wok  
Lácteo - Lacti  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**MARTES/DIMARTS 15**

*Kcal714 Prot 14 Lip 27 HC 102*  
Ensalada completa de tomate, cebolla, huevo y atún  
Amanida completa de tomaca, ceba, ou i tonyina  
Paella valenciana  
Tosta de hummus  
Tosta d'hummus  
Lácteo - Lacti  
Pan blanco – Pan integral  
Pa blanc - Pa integral

**MIÉRCOLES/DIMECRES 16**

*Kcal630 Prot 25 Lip 27 HC 67*  
Ensalada de lechuga y surimi  
Amanida d'enciam i surimi  
Crema de verduras  
Crema de verduras  
Escalope de pollo empanat amb saltat de verdres  
Escalopa de pollastre empanat con salteado de verduras  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**JUEVES/DIJOUS 17**

*Kcal643 Prot 27 Lip 24 HC 74*  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Amanida d'enciam, tomaca i ceba  
**Espirales ECO** con atún y tomate  
**Espirals ECO** amb tonyina i tomaca  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Luç en salsa verda amb pèsols  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**VIERNES/DIVENDRES 18**

*Kcal701 Prot 28 Lip 32 HC 71*  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Sopa de pescado  
Sopa de peix  
Ragout de ternera con patates dado  
Ragout de vedella amb creïlles dau  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**LUNES/DILLUNS 21**

*Kcal 640 Prot 26 Lip 17 HC 68*  
Ensalada de lechuga, manzana y surimi  
Amanida d'enciam, poma i surimi  
Garbanzos con verduras  
Cigrons amb verdres  
Tortilla francesa con zanahoria baby  
Truita francesa amb carlota baby  
Fruta - Fruita  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral

**MARTES/DIMARTS 22**

*Kcal767 Prot 21 Lip 33 HC90*  
Ensalada de lechuga y bacon  
Amanida d'enciam i bacon  
Crema de calabacín con picatostes  
Crema de carabasseta amb rostes  
Pizza  
Papes i refresc – papas y refrescos  
Natilles – Natillas  
Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral



# TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES

serunion®



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

**1** Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

**2** Apliquem totes les mesures per poder mantenir el **distanciament de seguretat** i evitar el contacte.

**3** Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de **seguretat alimentària** rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi



## RECOMANADOR DE SOPARS

### DINAR

- +
- +
- +

### SOPAR

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +



fruita



lacti



lacti



fruita

SERVEI D'ATENCIÓ  
NUTRICIONAL PER A FAMÍLIES

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entitats col·laboradores:

