

<p><b>LUNES/DILLUNS 03</b> Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Ensalada de lechuga y queso Amanida d'enciam i formatge Arroz a la cubana Arròs a la cubana Tosta de hummus casero Tosta d'hummus casolà Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 04</b> Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Ensalada de lechuga, aceitunas y pepino Amanida d'enciam, olives i cogombre Crema de puerros con picatostes Crema de porros amb rostes Merluza al horno con champiñones Lluç al forn amb xampinyons Lácteo - Lacti Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 05</b> Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga y maíz Amanida d'enciam i dacsas Sopa de puchero Sopa d'olla Pollo a la mostaza a la miel con patates gajo Pollastre a la mostassa a la mel amb creïlles galló Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 06</b> Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Ensalada de lechuga y atún Amanida d'enciam i tonyina  Lentejas ECO con chorizo  Lentilles ECO amb xoriço Abadejo crujiente con pistó de verduras Abadejo cruixent amb samfaina de verdures Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 07</b> Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Ensalada de lechuga, tomate y surimi Amanida d'enciam, tomaca i surimi Fideua Fideuà Tortilla francesa Truita francesa Helado - Gelat Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 10</b> Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Ensalada completa de lechuga, tomate, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo - Amanida completa d'enciam, tomaca, olives, dacsas, carlota i ou Arroz al horno Arròs al forn Tosta de hummus - Tosta d'hummus Lácteo - Lacti Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 11</b> Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87 Ensalada de lechuga y zanahoria Amanida d'enciam i carlota Lentejas a la mediterranea Lentilles a la mediterrània Milhojas de hijaldre con jamón york y mozzarella Milfulles de pasta fullada amb pernil dolç i mozzarella Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 12</b> Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Ensalada de lechuga, piña y maíz Amanida d'enciam, pinya i dacsas Crema de verduras con picatostes Crema de verdures amb rostes Longanizas de ave con brócoli salteado Llonganisses d'au amb brócoli saltat Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 13</b> Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Ensalada de  pasta ECO Amanida de  pasta ECO Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Lluç en salsa de tomaca, alfàbega i olives Lácteo - Lacti Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 14</b> <b>FESTIVAL SERUVISIÓN</b>  Dancing in the rain (sopa de lluvia – sopa de pluja) Fly on the wings of love (Alitas de pollo en salsa barbacoa al horno con guisantes - Aletes de pollastre en salsa bbq al forn amb pèsols) Bandido (Micrófono: Cono de chocolate y vainilla Micrófon: Con de xocolate i vainilla) Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 17</b> Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Ensalada de lechuga, tomate y huevo Amanida d'enciam, tomaca i ou Sopa de verduras Sopa de verdures Hamburguesa completa con patates fritas Hamburguesa completa amb creïlles fregides Lácteo - Lacti Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 18</b> Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Ensalada de tomate y queso fresco Amanida de tomaca i formatge fresc Crema de calabacín con picatostes Crema de carabassa amb rostes Abadejo con zanahoria, pimiento y cebolla al papillote Abadejo amb carlota, pimentó i ceba al papillote Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 19</b> Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Amanida d'enciam, ceba i tomaca Garbanzos salteados con cebolla y jamón serrano Cigrons 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</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 20</b> 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 Limanda en salsa verde Limanda en salsa verda Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 21</b> Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Amanida d'enciam, tomaca i dacsas Arròs amb fesols i naps Jamón y queso Pernil i formatge Helado - Gelat Pan blanco – Pan integral Pa blanc - Pa integral</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 24</b> Ensalada de lechuga, tomate y york Amanida d'enciam, tomata i pernil Guisado de sepia Guisat de sèpia Revuelto de champiñones Remenat de xampinyons Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 25</b> Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, tomate y atún Amanida d'enciam, tomaca i tonyina Lentejas con chorizo Lentilles amb xoriço Abadejo al horno con pisto Abadejo al forn amb samfaina Lácteo - Lacti Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 26</b> Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78 Ensalada de lechuga, zanahoria y manzana Amanida d'enciam, carlota i poma Sopa de puchero con  garbanzos ECO Sopa d'olla amb  cigrons ECO Puchero completo Olla completa Fruta - Fruita Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 27</b> <b>DÍA DE LA CELIAQUÍA</b> Ensalada de lechuga, tomate y atún Amanida de enciam, tomaca i tonyina Potaje de garbanzos Potatge de cigrons Pollo asado Pollastre rostít Fruta-Fruita Pan sin gluten-Pa sense gluten</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 28</b> 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</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 31</b> Papas y refrescos Creïlles i begudes Crema Vichysoise Pizza de jamón y queso Pizza de pernil i formatge Smoothie de sandia Smoothie de meló d'alger Pan blanco – Pan integral / Pa blanc - Pa integral</p>				

# 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:

