



Menú Basal INFANTIL

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>Los alérgenos del menú tienen en cuenta todos los ingredientes de cada plato y siguen el principio de máxima precaución</p> <div> <div>1. GLUTEN</div> <div>2. LÁCTEOS</div> <div>3. HUEVO</div> <div>4. PESCADO</div> <div>5. MOLUSCOS</div> <div>6. CRUSTÁCEOS</div> <div>7. CACAHUETES</div> <div>8. FRUTOS DE CÁSCARA</div> <div>9. SOJA</div> <div>10. SÉSAMO</div> <div>11. MOSTAZA</div> <div>12. APIO</div> <div>13. ALTRAMUCES</div> <div>14. AZÚFRE Y SULFITO</div> </div>	
<p>03</p> <p>Arroz integral con salsa de tomate Albóndigas con cebolla Tomate aliñado con orégano Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 3 9 14</p>	<p>04</p> <p>Macarrones napolitana Tortilla de patata y calabacín Ensalada mixta Fruta fresca y pan salvado</p> <p>1 3 4 9 11 14</p>	<p>05</p> <p>Cocido andaluz Merluza a la andaluza Pisto de verduras Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 4 9 12 14</p>	<p>06</p> <p>Crema de judías verdes y patatas Revuelto de queso Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan salvado</p> <p>2 3 14</p>	<p>07</p> <p>Lentejas con verduras Filete de pollo moruno al horno Patata panadera al horno Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 11</p>
<p>10</p> <p>Macarrones integrales gratinados Revuelto de huevo Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Yogur y pan blanco</p> <p>1 2 3 9 11 14</p>	<p>11</p> <p>Sopa de puchero con garbanzos y pollo Pollo tika masala Patata panadera al horno Fruta fresca y pan salvado</p> <p>1 2 9 11 12 14</p>	<p>12</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria Tortilla de patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca y pan blanco</p> <p>3 14</p>	<p>13</p> <p> Hot poke (arroz integral con huevo revuelto, salmón, cebollino y aliño de mahonesa) Fajita con salteado de soja con cebolleta y salsa teriyaki</p> <p>Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca y pan salvado</p> <p>1 2 3 4 8 9 10 11 12 14</p>	<p>14</p> <p>Alubias blancas con chorizo Filete de abadejo a la romana Zanahoria salteada Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 3 4 5 14</p>
<p>17</p> <p>Garbanzos con patatas y calabaza Albóndigas de ternera con tomate casero Patata panadera al horno Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 3 9 14</p>	<p>18</p> <p>Arroz caldoso con magro Revuelto de huevo Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta fresca y pan salvado</p> <p>3 12 14</p>	<p>19</p> <p>Patatas estofadas con verduras Croquetas de jamón Tomate aliñado con orégano Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 3 4 5 6 9 14</p>	<p>20</p> <p>Lentejas ecológicas con arroz integral Merluza al ajoarriero Verduras a la provenzal Fruta fresca y pan salvado</p> <p>1 4</p>	<p>21</p> <p>Macarrones con crema suave de bechamel Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 9 10 11 12 14</p>
<p>24</p> <p>Macarrones integrales gratinados Garbanzos salteados con lombarda, pimiento rojo y adobo de soja Ensalada mixta Yogur y pan blanco</p> <p>1 2 3 4 8 9 10 11 14</p>	<p>25</p> <p>Crema de hortaliza Pollo braseado con cebolla y champiñones Patatas asadas Fruta fresca y pan salvado</p> <p>14</p>	<p>26</p> <p>Potaje de alubias blancas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta fresca y pan blanco</p> <p>3 14</p>	<p>27</p> <p>Arroz a banda Palometa a la vizcaína Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta fresca y pan salvado</p> <p>1 2 3 4 5 6 9 14</p>	<p>28</p> <p>Sopa de estrellitas Magro de cerdo al estilo thay Salteado de calabaza, calabacín y pimientos rojos Fruta fresca y pan blanco</p> <p>1 2 3 9 11 12 14</p>

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



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...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS



Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Huevo



Verdura



Pescado



carne



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo