

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01
Sopa de fideos
Estofado de pavo
Fruta / Yogur
Pan

04
Sopa de fideos
Tortilla francesa
Fruta / Yogur
Pan

05
Verduras salteadas
Sándwich de jamón york y queso
Fruta / Yogur
Pan

06
FESTIVO

07
FESTIVO

08
FESTIVO

11
Crema de verduras
Estofado de pollo con patatas
Fruta / Yogur
Pan

12
Sopa de fideos
Lasaña
Fruta / Yogur
Pan

13
Puré de calabacín
San Jacobo con patatas
Fruta / Yogur
Pan

14
Arroz tres delicias
Canelones de atún
Fruta / Yogur
Pan

15
Sopa de estrellas
Flamenquín con patatas fritas
Fruta / Yogur
Pan

18
Verduras salteadas
Tortilla francesa
Fruta / Yogur
Pan

19
Sopa de letras
Perrito con patatas
Fruta / Yogur
Pan

20
Arroz tres delicias
Canelones de atún
Fruta / Yogur
Pan

21
Puré de calabacín
Pizza con ensalada
Fruta / Yogur
Pan

22
Sopa de letras
Flamenquín con patatas
Fruta / Yogur
Pan

25

26

27

28

29
Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor

Atentamente

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

¡Feliz Navidad!

La época navideña es una buena ocasión para enseñar a los niños y niñas las tradiciones culinarias 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.



SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.ellor.com
www.serunion-educa.com