CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Ciudadanía

Coa colaboración de:
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

serunion educa

Programación Madruga

XANEIRO 2018

INFANTIL

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	S	D
8.-Xogo loga 	**9.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes	**10.-Xogo** loga 	**11.-Xogo** loga 	**12.- Xogando cos contos.** Meteorólogos 	13	14
15.Obradoiro O cole	**16.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes	**17.Obradoiro** O cole	**18.Obradoiro** O cole	**19.- Xogando cos contos** Meteorólogos 	20	21
22.- Obradoiro P. Educando Valores. A diversidade	**23.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes	**24.- Obradoiro** P. Educando Valores. A diversidade	**25.- Obradoiro** P. Educando Valores. A diversidade	**26.- Xogando cos contos** Meteorólogos 	27	28
29.-Obradoiro Dia da Paz	**30.- Obradoiro** Dia da Paz	**31.-Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes				

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

Coa colaboración de:
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

serunion educa

Programación Madruga

XANEIRO 2018

PRIMARIA

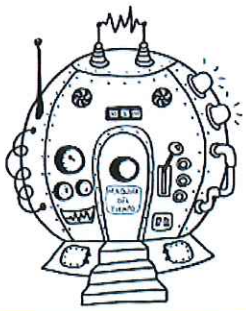
Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	S	D
8.-Xogo loga	**9.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes	**10.-Xogo** loga	**11.-Xogo** loga	**12.- Xogando cos contos.** Meteorólogos	**13**	**14**
15.Obradoiro O cole	**16.-_ Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes	**17.Obradoiro** O cole	**18.Obradoiro** O cole	**19.- Xogando cos contos** Meteorólogos	**20**	**21**
22.- Obradoiro P. Educando Valores. A diversidade	**23.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes	**24.- Obradoiro** P. Educando Valores. A diversidade	**25.- Obradoiro** P. Educando Valores. A diversidade	**26.- Xogando cos contos** Meteorólogos	**27**	**28**
29.-Obradoiro Dia da Paz	**30.- Obradoiro** Dia da Paz	**31.-Xogo libre vixiado polos/as monitores** Maratón cepillado de dentes				

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

Coa colaboración de:
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

serunion educa

Programación comedor
XANEIRO 2018



INFANTIL ***(Actividades adaptadas a nenos/as de 3 a 5 anos)***

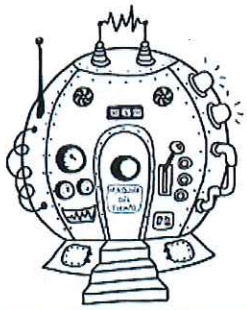
Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	S	D
8.-Xogo Actividade relacionada cos alimentos	**9.- Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes	**10.- Xogo** P. Intelixencia emocional	**11.- Xogo** P. Mellorar o nivel de ruído	**12.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** P. Mellorar o nivel de ruído 12 BOS MODAIS NA MESA	13	14
15. Obradoiro A máquina do tempo	**16.- Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes	**17.Obradoiro** A máquina do tempo	***18.Obradoiro*** A máquina do tempo	**19.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** P. Mellorar o nivel de ruído 12 BOS MODAIS NA MESA	20	21
22.-Obradoiro A máquina do tempo	**23.- Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes	**24.- Obradoiro** A máquina do tempo	**25.-Xogo** P. SER EINSTEIN	**26.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** P. Mellorar o nivel de ruído 12 BOS MODAIS NA MESA	27	28
29-Obradoiro Dia da Paz	**30.- Obradoiro** Dia da Paz	**31-Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes				

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

Coa colaboración de:
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

serunion educa

Programación comedor
XANEIRO 2018



2

PRIMARIA ***(Actividades adaptadas a nenos/as de 6 a 12 anos)***

Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres	S	D
8.-Xogo Habilidade mental	**9.- Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes	**10.- Xogo** P. Intelixencia emocional	**11.- Xogo** P. Mellorar o nivel de ruído	**12.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** P. Mellorar o nivel de ruído 12 BOS MODAIS NA MESA	13	14
15. Obradoiro A máquina do tempo	**16.- Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes	**17.Obradoiro** A máquina do tempo	***18.Obradoiro*** A máquina do tempo	**19.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** P. Mellorar o nivel de ruído 12 BOS MODAIS NA MESA	20	21
22.-Obradoiro A máquina do tempo	**23.- Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes	**24.- Obradoiro** A máquina do tempo	**25.-Xogo** P. SER EINSTEIN	**26.- Xogo libre vixiado polos/as monitores** P. Mellorar o nivel de ruído 12 BOS MODAIS NA MESA	27	28
29-Obradoiro Dia da Paz	**30.- Obradoiro** Dia da Paz	**31-Xogo libre vixiado polos/as monitores.** Maratón cepillado de dentes				

CONCELLO DE SANTIAGO

Serunion educa

ALMORZOS

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	**09/01/2018**	**10/01/2018**	**11/01/2018**	**12/01/2018**
MAZÁ IOGUR NATURAL GALLETAS	PERA LEITE CALLADO PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*	ZUME DE LARANXA LEITE CON CACAO FLOCOS DE TRIGO	KIWI QUEIXO FRESCO CON FROITOS SECOS PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*	ZUME DE LARANXA LEITE FLOCOS DE MILLO
V.N.:				
Kcal *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*
374,78 14,03 9,26 52,88	402,34 17,52 12,99 48,17	336,07 4,72 10,72 62,04	422,28 23,42 13,02 39,86	309,00 3,95 8,95 59,08
15/01/2018	**16/01/2018**	**17/01/2018**	**18/01/2018**	**19/01/2018**
PERA LEITE PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*	KIWI GALLETAS IOGUR NATURAL	PLÁTANO LEITE CON CACAO CEREAIS DE AVENA	MANDARINA LEITE CALLADO PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*	ZUME DE LARANXA QUEIXO FRESCO PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*
V.N.:				
Kcal *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*
480,49 15,18 13,40 72,58	388,64 14,16 9,38 55,93	365,26 4,37 11,04 70,08	446,52 17,73 13,86 57,89	389,62 15,74 10,76 51,23
22/01/2018	**23/01/2018**	**24/01/2018**	**25/01/2018**	**26/01/2018**
MAZÁ IOGUR NATURAL PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*	PLÁTANO LEITE GALLETAS	PERA LEITE CON CACAO FLOCOS DE MILLO	KIWI QUEIXO FRESCO PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*	ZUME DE LARANXA LEITE GALLETAS
V.N.:				
Kcal *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*
416,81 15,67 10,59 58,36	461,01 12,97 11,97 74,18	343,49 4,5 10,38 64,93	403,49 15,87 10,88 54,28	419,92 15,88 12,07 57,18
29/01/2018	**30/01/2018**	**31/01/2018**	**01/02/2018**	**02/02/2018**
ZUME DE LARANXA LEITE CON CACAO GALLETAS	KIWI LEITE CALLADO FLOCOS DE MILLO	ZUMO DE LARANXA IOGUR NATURAL PAN DO DÍA *Aceite de oliva V. E. e mermelada*		
V.N.:				
Kcal *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*	*Kcal* *Lip* *Prot* *HC*		
459,97 13,77 12,67 71,34	311,38 7,26 9,94 51,23	416,03 16,11 11,34 56,43		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO

MENU ESCOLAR

XANEIRO

Serunion educa

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS (cebola, pemento, porro, xudia, pataca)	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS (espinacas, coliflor, cenoria, pemento, cebola, xudias, pasta)	CHICHAROS CON XAMÓN	TALLARINS CON CHAMPIÑONS	FABAS PINTAS (con chourizo)
POLO AO CHILINDRÓN	MARMITAKO DE ATÚN	TORTILLA DE ESPINACAS	ABADEXO A MARIÑEIRA	GOULASH DE PAVO (pavo, cebola, pemento)
PATACA PANDEIRA	VERDURAS (xudía, chícharo, cenoria, coliflor, pataca)	ENSALADA DE LEITUGA, MILLO E ESPARRAGOS	COLIFLOR	XÚDIAS
KIWI	MACEDONIA DE FROITAS	PERA	IOGUR	LARANXA

Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
651,96	23,92	23,35	82,69	695,54	24,61	23,72	90,76	516,96	17,93	17,64	66,18	765,8	29,15	25,68	109,2	845,72	31,66	29,08	96,16
% VET	15%	32%	51%	% VET	14%	31%	52%	% VET	14%	31%	51%	% VET	15%	30%	57%	% VET	15%	31%	45%

15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS (chícharos, patacas)	ENSALADA TROPICAL (leituga, ananás, cenoria e millo	SOPA DE VERDURAS (coliflor, cenoria, porro, apio, xudias, pemento, cebola)	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS (pasta, cenoria, coliflor, xudia, coles de bruselas)
LOMBO ASADO	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE PAVO	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Ó FORNO
XARDIÑEIRA (pataca, cenoria, coliflor, xudia, coles de bruselas e fabas)	FIDEOS	PATACA	TOMATE FRESCO	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA DE FROITAS	MAZÁ	LARANXA	PLATANO

Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
680,77	24,44	20,79	78,48	742,93	24,73	23,86	102,9	706,49	28,64	23,46	104,9	825,44	31,67	31,81	93,12	657,39	26,82	21,68	92,54
% VET	14%	27%	46%	% VET	13%	29%	55%	% VET	16%	30%	59%	% VET	15%	35%	45%	% VET	16%	30%	56%

22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS A CASEIRA (con chourizo)	ARROZ MILANESA (arroz, xamon cocido, chícharos, pemento, cenoria)	MACARRONS CON PISTO (pasta, berenxena, cabaciña, pemento vermello, pemento verde, cebola, tomate)	FABAS CON CHOURIZO	MINESTRA DE VERDURAS (cenoria, xudia, chícharos, coliflor)
TORTILLA DE PATACA	ESTUFADO DE TERNEIRA (tenreira,cebola, pemento)	FILETE DE PESCADA EN SALSA VERDE (pescada, fariña, cebola, chícharos)	POLO EN PEPITORIA (polo, cebola, pemento, tomate)	GUISO DE MARUCA
TOMATE FRESCO	XARDIÑEIRA (cenoria, xudia, chícharos, coliflor, coles de bruselas e fabas)	VERDURAS SALTEADAS (cenoria, xudia, coliflor)	XUDIAS SALTEADAS	PATACAS
MACEDONIA DE FROITAS	IOGUR	KIWI	PERA	LARANXA

Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
691,89	14,17	22,7	90,59	883,06	32,35	30,43	114,37	696,62	25,16	20,54	98,16	641,12	24,06	22,02	72,34	581,02	20,15	17,37	81,53
% VET	14%	30%	51%	% VET	15%	31%	52%	% VET	14%	27%	56%	% VET	15%	31%	45%	% VET	14%	27%	56%

29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS (arroz, cenoria, chícharos, xudias, coliflor, coles de bruselas e fabas)	MINESTRA CON OVO (coliflor, xudia, chícharos, cenoria, ovo)	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	FILETE DE PESCADA GRATINADO (pescada, leite, manteiga e fariña)	COELLO GUISADO		
PISTO (berenxena, tomate, cebola, pemento vermello, pemento verde,cabaciña, salsa de tomate)	PATACAS COCIDAS	VERDURAS SALTEADAS (pemento, cebola, cenoria, xudia, coliflor,patacas)		
IOGUR	MAZÁ	LARANXA		

Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC	Kcal	Port	Lip	HC
927,81	32,83	29,83	133,73	531,27	20,59	18,33	70,64	861,69	33,1	27,92	112,19
% VET	14%	29%	58%	% VET	16%	31%	53%	% VET	15%	29%	52%

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion Dpto. Nutrición y Dietética

Todolos días os menús incluiran pan e auga mineral sen limite.

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

CELIACO

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS POLO Ó CHILINDRÓN GORNICIÓN DE PATACA FROITA	SOPA FLORENTINA PESCADA Ó FORNO VERDURAS SALTEADAS MACEDONIA	CHÍCHAROS SALTEADOS TORTILLA DE ESPINACAS ENSALADA FROITA	ESPAGUETI CON TOMATE ABADEXO O FORNO COLIFLOR REFOGADA IOGUR	FABAS VEXETAIS GOULASH DE PAVO FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS LOMBO ASADO XARDIÑEIRA IOGUR	ENSALADA TROPICAL ATÚN GUISADO MACARRONS SALTEADOS MACEDONIA	SOPA DE VERDURAS ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS FROITA	GARAVANZOS CON ESPINACAS TORTILLA DE CABACIÑA FROITA	MACARRONS CON VERDURAS PESCADA Á PRANCHA REPOLO REFOGADO FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS CON CHOURIZO TORTILLA ESPAÑOLA MACEDONIA	CREMA DE CENORIA TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS IOGUR	MACARRONS CON PISTO PESCADA EN SALSA VERDE VERDURAS SALTEADAS FROITA	FABAS VEXETAIS XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO XUDÍAS REFOGADAS FROITA	MINESTRA MARUCA Ó FORNO PATACAS Ó VAPOR FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS POLO ASADO PISTO IOGUR	MINESTRA PESCADA EN SALSA PATACAS Ó VAPOR FROITA	GARAVANZOS CON ACELGAS COELLO GUISADO CON VERDURAS FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

FÁCIL MASTICACIÓN

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS SALTEADOS	TALLARINS CON TOMATE	FABAS VEXETAIS
PESCADA Á PRANCHA	MARMITAKO	TORTILLA DE ESPINACAS	ABADEXO A MARIÑEIRA	TORTILLA ESPAÑOLA
GORNICIÓN DE PATACA	VERDURAS SALTEADAS		COLIFLOR	
COMPOTA DE MAZÁ	MACEDONIA	COMPOTA DE MAZÁ	IOGUR	COMPOTA DE MAZÁ
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	XUDÍAS REFOGADAS	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	ROLIÑOS DE PRIMAVERA	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Á PRANCHA
XARDIÑEIRA		PURÉ DE PATACA		PURÉ DE PATACA
IOGUR	MACEDONIA	COMPOTA DE MAZÁ	COMPOTA DE MAZÁ	COMPOTA DE MAZÁ
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON PISTO	FABAS VEXETAIS	MINESTRA DE VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA	FILETE RUSO EN SALSA	PESCADA EN SALSA VERDE	TORTILLA FRANCESA	GUISO DE MARUCA
	ARROZ BRANCO	VERDURAS SALTEADAS	CREMA DE VERDURAS	PATACA
MACEDONIA	IOGUR	COMPOTA DE MAZÁ	COMPOTA DE MAZÁ	COMPOTA DE MAZÁ
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	MINESTRA CON OVO COCIDO	GARAVANZOS CON ACELGAS		
TORTILLA FRANCESA	FILETE DE MERLUZA GRATINADO	CANELONS DE ATÚN		
PISTO	PATACA	VERDURAS SALTEADAS		
IOGUR	COMPOTA DE MAZÁ	COMPOTA DE MAZÁ		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

HIPOCALÓRICA-HIPERCOLESTEROLEMIA

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS SALTEADOS	TALLARINS SALTEADOS	FABAS VEXETAIS
PEITUGA DE POLO	PESCADA Ó FORNO	TORTILLA FRANCESA	ABADEXO O FORNO	PEITUGA DE PAVO ASADA
GORNICIÓN DE PATACA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR REFOGADA	XUDÍAS REFOGADAS
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR DESNATADO	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	PESCADA Á PRANCHA	PEITUGA DE PAVO ASADA	TORTILLA FRANCESA	PESCADA Ó FORNO
XARDIÑEIRA	FIDEO	ARROZ BRANCO	PURÉ DE PATACA	REPOLO SALTEADO
IOGUR DESNATADO	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS VEXETAIS	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON PISTO	FABAS VEXETAIS	MINESTRA DE VERDURAS
TORTILLA FRANCESA	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS	PESCADA EN SALSA VERDE	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	MARUCA Ó FORNO
ARROZ BRANCO		VERDURAS SALTEADAS	XUDÍAS REFOGADAS	PATACAS Ó VAPOR
MACEDONIA	IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	MINESTRA CON OVO COCIDO	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	PESCADA Á PRANCHA	ESCALOPÍN DE AVE		
PISTO	PATACAS Ó VAPOR	VERDURAS SALTEADAS		
IOGUR DESNATADO	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Calidade

LAXANTE

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS CON XAMÓN	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS	FABAS PINTAS
POLO Ó CHILINDRÓN	PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE ESPINACAS	ABADEXO A MARIÑEIRA	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
PATACA PANADEIRA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Ó FORNO
XARDIÑEIRA			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS Á CASEIRA	CREMA DE VERDURAS	MACARRONS CON PISTO	FABAS VEXETAIS	COLIFLOR Ó VAPOR
TORTILLA ESPAÑOLA	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	GUISO DE MARUCA
TOMATE NATURAL		COLIFLOR Ó VAPOR	XUDÍAS SALTEADAS	PATACA
MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
CREMA DE CABACIÑA	COLIFLOR Ó VAPOR	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	FILETE DE MERLUZA GRATINADO	COELLO GUISADO CON VERDURAS		
PISTO	PATACA			
IOGUR	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

SEN CARNE

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS PESCADA Á PRANCHA GORNICIÓN DE PATACA FROITA	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS MARMITAKO VERDURAS SALTEADAS MACEDONIA	CHÍCHAROS SALTEADOS TORTILLA DE ESPINACAS LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO FROITA	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS ABADEXO A MARIÑEIRA COLIFLOR IOGUR	FABAS VEXETAIS TORTILLA ESPAÑOLA FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS TORTILLA FRANCESA XARDIÑEIRA IOGUR	ENSALADA TROPICAL ATÚN GUISADO CON FIDEOS MACEDONIA	SOPA DE VERDURAS ROLIÑOS DE PRIMAVERA PURÉ DE PATACA FROITA	GARAVANZOS CON ESPINACAS TORTILLA DE CABACIÑA TOMATE NATURAL FROITA	ESPIRAIS CON VERDURAS PESCADA Ó FORNO REPOLO SALTEADO FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS VEXETAIS TORTILLA ESPAÑOLA TOMATE NATURAL MACEDONIA	CREMA DE CENORIA ARROZ CON ATÚN E TOMATE IOGUR	MACARRONS CON PISTO PESCADA EN SALSA VERDE VERDURAS SALTEADAS FROITA	FABAS VEXETAIS TORTILLA FRANCESA XUDÍAS REFOGADAS FROITA	MINESTRA DE VERDURAS GUISO DE MARUCA PATACA FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA PISTO IOGUR	MINESTRA CON OVO COCIDO FILETE DE MERLUZA GRATINADO PATACA FROITA	GARAVANZOS CON ACELGAS CANELONS DE ATÚN VERDURAS SALTEADAS FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

SEN PORCO

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS POLO Ó CHILINDRÓN PATACA PANADEIRA FROITA	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS MARMITAKO VERDURAS SALTEADAS MACEDONIA	CHÍCHAROS SALTEADOS TORTILLA DE ESPINACAS LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO FROITA	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS ABADEXO A MARIÑEIRA COLIFLOR IOGUR	FABAS VEXETAIS GOULASH DE PAVO CON XUDIAS FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS PEITUGA DE POLO XARDIÑEIRA IOGUR	ENSALADA TROPICAL ATÚN GUISADO CON FIDEOS MACEDONIA	SOPA DE VERDURAS ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS FROITA	GARAVANZOS CON ESPINACAS TORTILLA DE CABACIÑA TOMATE NATURAL FROITA	ESPIRAIS CON VERDURAS PESCADA Ó FORNO REPOLO SALTEADO FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS VEXETAIS TORTILLA ESPAÑOLA TOMATE NATURAL MACEDONIA	CREMA DE CENORIA ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA IOGUR	MACARRONS CON PISTO PESCADA EN SALSA VERDE VERDURAS SALTEADAS FROITA	FABAS VEXETAIS POLO EN PEPITORIA XUDÍAS SALTEADAS FROITA	MINESTRA DE VERDURAS GUISO DE MARUCA PATACA FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS POLO ASADO PISTO IOGUR	MINESTRA CON OVO COCIDO FILETE DE MERLUZA GRATINADO PATACA FROITA	GARAVANZOS CON ACELGAS COELLO GUISADO CON VERDURAS FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Ciudadanía

SEN FRUCTOSA

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
SOPA DE PASTA PEITUGA DE POLO ARROZ BRANCO IOGUR	MACARRÓNS SALTEADOS PESCADA Ó FORNO PATACA COCIDA IOGUR	SOPA DO DÍA TORTILLA ESPAÑOLA IOGUR	TALLARINS SALTEADOS ABADEXO O FORNO PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE AVE PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO IOGUR
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
SOPA DE AVE LOMBO ASADO PATACAS Ó VAPOR IOGUR	CODIÑOS SALTEADOS PESCADA Á PRANCHA PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DO DÍA PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO IOGUR	ESPIRAIS SALTEADOS TORTILLA ESPAÑOLA IOGUR	SOPA DE ARROZ PESCADA Á PRANCHA PATACAS Ó VAPOR IOGUR
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
SOPA DE PASTA TORTILLA ESPAÑOLA IOGUR	ARROZ CON ATÚN TENREIRA NO SEU ZUME GORNICIÓN DE PATACA IOGUR	MACARRÓNS SALTEADOS PESCADA Á PRANCHA PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE AVE XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO ARROZ BRANCO IOGUR	CODIÑOS SALTEADOS MARUCA Ó FORNO PATACAS Ó VAPOR IOGUR
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
SOPA DE ARROZ POLO ASADO GORNICIÓN DE PATACA IOGUR	TALLARINS SALTEADOS PESCADA Á PRANCHA PURÉ DE PATACA IOGUR	SOPA DE AVE ESCALOPÍN DE AVE ARROZ BRANCO IOGUR		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

SEN FROITOS SECOS

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS SALTEADOS	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS	FABAS PINTAS
POLO Ó CHILINDRÓN	MARMITAKO	TORTILLA DE ESPINACAS	ABADEXO A MARIÑEIRA	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
PATACA PANADEIRA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	ATÚN GUISADO CON FIDEOS	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Ó FORNO
XARDIÑEIRA			TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS Á CASEIRA	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON PISTO	FABAS CON CHOURIZO	MINESTRA DE VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	PESCADA EN SALSA VERDE	POLO EN PEPITORIA	GUISO DE MARUCA
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDÍAS SALTEADAS	PATACA
MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	MINESTRA CON OVO COCIDO	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	FILETE DE MERLUZA GRATINADO	COELLO GUISADO CON VERDURAS		
PISTO	PATACA			
IOGUR	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Calidade

SEN OVO

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS SALTEADOS	ESPAGUETI CON TOMATE	FABAS VEXETAIS
POLO Ó CHILINDRÓN	PESCADA Ó FORNO	TENREIRA NO SEU ZUME	ABADEXO O FORNO	GOULASH DE PAVO
GORNICIÓN DE PATACA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR REFOGADA	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	MACARRONS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TENREIRA NO SEU ZUME	PESCADA Á PRANCHA
XARDIÑEIRA	PASTA SALTEADA		TOMATE NATURAL	REPOLO REFOGADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS CON CHOURIZO	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON PISTO	FABAS VEXETAIS	MINESTRA
COSTELETA DE PORCO	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS	PESCADA EN SALSA VERDE	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	MARUCA Ó FORNO
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDÍAS REFOGADAS	PATACAS Ó VAPOR
MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	MINESTRA	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	PESCADA EN SALSA	COELLO GUISADO CON VERDURAS		
PISTO	PATACAS Ó VAPOR			
IOGUR	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

SEN LACTOSA-PROTEINA DO LEITE

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CHÍCHAROS SALTEADOS	TALLARINS CON TOMATE	FABAS VEXETAIS
POLO Ó CHILINDRÓN	PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE ESPINACAS	ABADEXO O FORNO	GOULASH DE PAVO
GORNICIÓN DE PATACA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR REFOGADA	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR DE SOIA	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Á PRANCHA
XARDIÑEIRA	FIDEO		TOMATE NATURAL	REPOLO REFOGADO
IOGUR DE SOIA	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS CON CHOURIZO	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON PISTO	FABAS VEXETAIS	MINESTRA
TORTILLA ESPAÑOLA	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS	PESCADA EN SALSA VERDE	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	MARUCA Ó FORNO
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDÍAS REFOGADAS	PATACAS Ó VAPOR
MACEDONIA	IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	MINESTRA	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	PESCADA EN SALSA	COELLO GUISADO CON VERDURAS		
PISTO	PATACAS Ó VAPOR			
IOGUR DE SOIA	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

SEN LEGUMINOSAS

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA	CREMA DE CABACIÑA	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS	CREMA DE CENORIA
POLO Ó CHILINDRÓN	PESCADA Ó FORNO	TORTILLA DE ESPINACAS	ABADEXO A MARIÑEIRA	PEITUGA DE PAVO ASADA
GORNICIÓN DE PATACA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR	ARROZ BRANCO
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
SOPA DE AVE	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	PISTO	ESPIRAIS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	ATÚN GUISADO	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	PESCADA Ó FORNO
XARDIÑEIRA	FIDEO		TOMATE NATURAL	REPOLO SALTEADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
CODIÑOS CON TOMATE	CREMA DE CENORIA	MACARRONS CON PISTO	CREMA DE CABACIÑA	COLIFLOR Ó VAPOR
TORTILLA ESPAÑOLA	TENREIRA ESTUFADA CON PATACAS E VERDURAS	PESCADA Á PRANCHA	XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO	MARUCA Ó FORNO
TOMATE NATURAL		PURÉ DE PATACA	ARROZ BRANCO	PATACAS Ó VAPOR
MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	BRÓCOLI Ó VAPOR	SOPA DE ARROZ		
POLO ASADO	PESCADA EN SALSA	COELLO GUISADO CON VERDURAS		
PISTO	PATACAS Ó VAPOR			
IOGUR	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Ciudadanía

SEN PEIXE

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS	SOPA FLORENTINA CON FIDEOS	CHÍCHAROS CON XAMÓN	TALLARINS CON CHAMPIÑÓNS	FABAS PINTAS
POLO Ó CHILINDRÓN	COSTELETA DE PORCO	TORTILLA DE ESPINACAS	TENREIRA NO SEU ZUME	GOULASH DE PAVO CON XUDIAS
PATACA PANADEIRA	VERDURAS SALTEADAS	LEITUGA, MILLO E ESPARRAGO	COLIFLOR REFOGADA	
FROITA	MACEDONIA	FROITA	IOGUR	FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADA TROPICAL	SOPA DE VERDURAS	GARAVANZOS CON ESPINACAS	ESPIRAIS CON VERDURAS
LOMBO ASADO	TORTILLA FRANCESA	ESTUFADO DE PAVO CON PATACAS	TORTILLA DE CABACIÑA	COSTELETA DE PORCO
XARDIÑEIRA	ARROZ BRANCO		TOMATE NATURAL	REPOLO REFOGADO
IOGUR	MACEDONIA	FROITA	FROITA	FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS Á CASEIRA	ARROZ MILANESA	MACARRONS CON PISTO	FABAS CON CHOURIZO	MINESTRA DE VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA	ESTUFADO DE TENREIRA A XARDIÑEIRA	COSTELETA DE PORCO	POLO EN PEPITORIA	LOMBO Á PRANCHA
TOMATE NATURAL		VERDURAS SALTEADAS	XUDÍAS SALTEADAS	PATACAS Ó VAPOR
MACEDONIA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS	MINESTRA CON OVO COCIDO	GARAVANZOS CON ACELGAS		
POLO ASADO	TORTILLA FRANCESA	COELLO GUISADO CON VERDURAS		
PISTO	PATACAS Ó VAPOR			
IOGUR	FROITA	FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONCELLO DE SANTIAGO
Departamento de Educación e Cidadanía

SEN SAL

XANEIRO

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
08/01/2018	09/01/2018	10/01/2018	11/01/2018	12/01/2018
CREMA DE VERDURAS PEITUGA DE POLO GORNICIÓN DE PATACA FROITA	SOPA FLORENTINA PESCADA Ó FORNO VERDURAS SALTEADAS MACEDONIA	CHÍCHAROS SALTEADOS TENREIRA NO SEU ZUME ENSALADA FROITA	TALLARINS SALTEADOS ABADEXO O FORNO COLIFLOR REFOGADA IOGUR	FABAS VEXETAIS PEITUGA DE PAVO ASADA XUDÍAS REFOGADAS FROITA
15/01/2018	16/01/2018	17/01/2018	18/01/2018	19/01/2018
CREMA DE CHÍCHAROS LOMBO ASADO XARDIÑEIRA IOGUR	ENSALADA TROPICAL PESCADA Á PRANCHA FIDEO MACEDONIA	SOPA DE VERDURAS PEITUGA DE PAVO ASADA ARROZ BRANCO FROITA	GARAVANZOS CON ESPINACAS TENREIRA NO SEU ZUME TOMATE NATURAL FROITA	ESPIRAIS CON VERDURAS PESCADA Á PRANCHA REPOLO REFOGADO FROITA
22/01/2018	23/01/2018	24/01/2018	25/01/2018	26/01/2018
LENTELLAS VEXETAIS COSTELETA DE PORCO TOMATE NATURAL MACEDONIA	CREMA DE CENORIA TENREIRA NO SEU ZUME GORNICIÓN DE PATACA IOGUR	MACARRÓNS SALTEADOS PESCADA Á PRANCHA VERDURAS SALTEADAS FROITA	FABAS VEXETAIS XAMONCIÑOS DE POLO Ó FORNO XUDÍAS REFOGADAS FROITA	MINESTRA MARUCA Ó FORNO PATACAS Ó VAPOR FROITA
29/01/2018	30/01/2018	31/01/2018	01/02/2018	02/02/2018
ARROZ CON VERDURAS POLO ASADO PISTO IOGUR	MINESTRA PESCADA Á PRANCHA PATACAS Ó VAPOR FROITA	GARAVANZOS CON ACELGAS ESCALOPÍN DE AVE VERDURAS SALTEADAS FROITA		

Serunion educa

Serunión garante que estes menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade.
Si desexa consultar o menú online visite www.serunion-educa.com

Revisado: Carlos Sanmartin González
Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
Departamento de Calidad de Serunion
DNI.: 35.322.598 - A

CONFORME Serunion