

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



VISITA NUESTRO
www.blog.colechef.com
Y DESCUBRE UN SIN FÍN DE
CONTENIDOS PARA
LA FAMILIA

BIENVENIDOS
LES DESEAMOS
UN FELIZ INICIO DE CURSO
2021-2022

DESDE SERUNION
ESTAMOS MUY ILUSIONADOS
DE VOLVER
A REENCONTRARNOS CON
TODOS VOSOTROS



CREMA DE VERDURAS
FOGONERO EN SALSA VERDE
ARROZ
VEGETABLES CREAM
FIREPLACE IN GREEN SAUCE
RICE
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
554,08Kcal-Prot:22,32g-Lip:12,54g-H.C:85,06g

09

SOPA DE PESCADO
ALBONDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA(sin legumbres)
PAPAS DADO
FISH SOUP
MIXED MEATBALLS TO THE GARDENER
GIVEN POTATOES
HELADO/ICE CREAM
440,96Kcal-Prot:11,94g-Lip:7,43g-H.C:79,20g

10

CREMA DE BRÓCOLI Y ZANAHORIA
POLLO AL AJILLO SALTEADO CON CHAMPIÑONES
VERDURAS ASADAS
BROCCOLI AND CARROT CREAM
CHICKEN WITH GARLIC SAUTE
WITH MUSHROOMS
ROASTED VEGETABLES
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
498,13Kcal-Prot:15,14g-Lip:17,59g-H.C:67,02g

13

MACARRONES CON TOMATE Y ALBAHACA
ABADEJO A LA SICILIANA
ENSALADA MIXTA
MACARONI WITH TOMATO AND BASIL
DOWN TO THE SICILIAN
MIXED SALAD
GELATINA CASERA/ STRAWBERRY JELLY
539,38Kcal-Prot:29,85g-Lip:15,41g-H.C:67,05g

14

POTAJE DE VERDURAS Y DADOS DE QUESO
(sin legumbres)
TORTILLA ESPAÑOLA
CON SALSA DE TOMATE NATURAL
VEGETABLE STEW AND CHEESE DICE
SPANISH TORTILLA WITH
NATURAL TOMATO SAUCE
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
471,00Kcal-Prot:15,73g-Lip:10,44g-H.C:74,50g

15

RANCHO CANARIO(sin legumbres)
CINTA DE LOMO EN SALSA DE CIRUELAS
COLIFLOR AJORRIERO
CANARIO RANCH
TAPE OF LOIN IN PLUM SAUCE
AJORRIERO CAULIFLOWER
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
695,76Kcal-Prot:41,86g-Lip:24,25g-H.C:74,53g

16

CREMA DE ZANAHORIAS
PIZZA MARGARITA
CARROT CREAM
MARGARITA PIZZA
HELADO/ICE CREAM
63 3,10Kcal-Prot:19,59g-Lip:27,63g-H.C:70,48g

17

SOPA CASERA DE PICADILLO
CORDON BLEU AL HORNO
ENSALADA TROPICAL
HOMEMADE PICADILLO SOUP
BLEU CORD IN THE OVEN
TROPICAL SALAD
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
65Kcal-Prot:15,07g-Lip:11,08g-H.C:84,49g

20

CREMA DE COLIFLOR Y ZANAHORIA
REVUELTO DE PAPAS Y SALCHICHAS
CAULIFLOWER AND CARROT CREAM
SCRAMBLED POTATOES AND SAUSAGES
YOGURT
4,59Kcal-Prot:20,12g-Lip:14,05g-H.C:75,08g

21

POTAJE DE ACELGAS(sin legumbres)
TACOS DE ATÚN CON SALSA DE PIMIENTOS
PAPAS AL VAPOR
POTATO OF ACELGAS AND BEANS
TUNA TACOS WITH PEPPER SAUCE
STEAMED POTATOES
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
86,95Kcal-Prot:13,49g-Lip:18,59g-H.C:59,60g

22

CREMA DE ZANAHORIA CON ACEITE
AROMATIZADO
HAMBURGUESAS CON SALSA DE TOMATE
CASERA/ARROZ BLANCO
PEAS AND CARROT CREAM
BURGERS /WHITE RICE
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
538,36Kcal-Prot:19,36g-Lip:11,98g-H.C:86,66g

23

CREMA DE COL, PUERRO Y ZANAHORIA
CANELONES DE ATÚN
CABBAGE, LEEK AND CARROT CREAM
TUNA CANNELLONI
HELADO/ICE CREAM
19,64Kcal-Prot:44,25g-Lip:17,95g-H.C:43,31g

24

CREMA DE BATATA Y CALABAZA CON PICATOSTES
ARROZ CON TOMATE, PISTO Y HUEVO
BATATA AND PUMPKIN CREAM WITH PICATOSTES
RICE WITH TOMATO, PISTO AND EGG
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
569,87Kcal-Prot:23,13g-Lip:25,05g-H.C:58,26g

27

POTAJE DE ESPINACAS(sin legumbres)
FOGONERO EN SALSA DE ZANAHORIA
PAPAS ACOCIDAS
CHICKPEA AND SPINACH
FIREPLACE IN CARROT SAUCE
ACOCIDED POTATOES
NATILLA CASERA/ CUSTARD
520,92Kcal-Prot:28,91g-Lip:10,41g-H.C:75,88g

28

SOPA DE LETRAS
POLLO EMPANADO
ENSALADA CAPRESE
ALPHABET SOUP
BREADED CHICKEN
CAPRESE SALAD
FRUTA DE TEMPORADA
508,75Kcal-Prot:15,47g-Lip:11,52g-H.C:82,60g

29

POTAJE DE VERDURAS(sin legumbres)
ESTOFADO DE TERNERA AL TOMILLO
(sin legumbres) **PAPAS DADO**
VEGETABLE SOUP
BEEF STEW WITH THYME
GIVEN POTATOES
FRUTA DE TEMPORADA/FRUIT
797,71Kcal-Prot:39,56g-Lip:34,45g-H.C:79,16g

30

