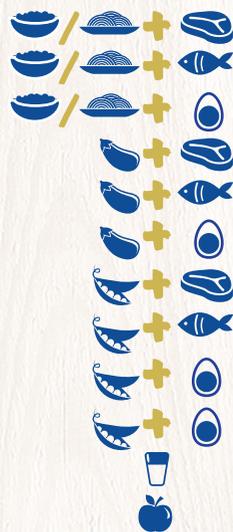


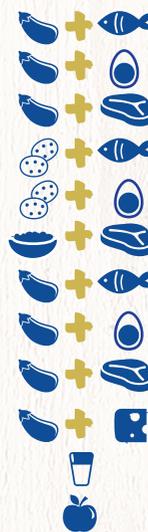
recomendaciones para la cena

Le sugerimos los grupos de alimentos más adecuados para la cena de sus hijos e hijas, para completar la dieta equilibrada del día. Estas orientaciones pueden ayudarle a planificar las cenas semanales para que sean variadas y saludables.

ALMUERZO



CENA



este mes

Comienza el Nuevo Año con ilusión



Venimos de todas las fiestas de Navidad ... y todavía nos quedan dos terceras partes del curso ... por lo tanto tenemos que coger energía y renovar toda la ilusión ...

Vitaminas y productos de temporada:

No hay nada mejor que celebrar las fiestas de Año Nuevo y Reyes, con la familia y los amigos alrededor de la mesa; con todos los productos que nuestra cocina tradicional nos proporciona: guisos de aves, mariscos y pescados, postres emblemáticos como el roscón de Reyes.

Canelones caseros

<https://www.hogarmania.com/cocina/recetas/pastas-pizzas/canelones-cocido-42037.html>

Roscón de nata

<https://www.petitchef.es/recetas/postre/roscon-o-tortel-de-hojaldre-relleno-de-nata-fid-1547945>

Tradiciones y fiestas para celebrar en familia:

Tiempo de ilusión, donde los más pequeños son los protagonistas ... celebramos la noche mágica de Reyes con cabalgata; y al día siguiente los regalos y el Roscón de Reyes nos esperan con muchas sorpresas. Quien encuentra la figura de la haba paga el roscón, y quien encuentra el rey será coronado.

Celebración de Año nuevo (1 de enero)
Fiesta de Reyes (6 de enero)

10 meses causas



¡La violencia no puede ser nunca una opción!

Piensa en todas las ocasiones que has vivido una pelea o te has enfadado... ¿te has sentido bien? Seguro que te sientes mejor cuando apartas la violencia de tu camino.
¡Vive sin violencia!



Un nuevo año empieza
con una gran sonrisa



		LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14	ANALISIS NUTRICIONAL MEDIO	
1ª SEMANA		Judía verde con patata y aceite de oliva Croquetas de rustido (L,H*,P,SO*,ML*,FS*,A*,MO*,C,G) Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas (S) Bacalao al horno (P) Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin (H) Lechuga , olivas y soja (SO) Yogurt (L) Pan integral		Judias blancas guisadas (S) Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta (G,H*) Salchichas de ternera al horno (S) Variedad de ensalada Fruta de temporada			INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas 577,4 84,2 30,9 29,6 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas 783,6 101,5 40,5 46,4
		LUNES	17	MARTES	18	MIERCOLES	19	JUEVES	20	VIERNES	21	ANALISIS NUTRICIONAL MEDIO	
2ª SEMANA		Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz 3 delicias (guisantes, maiz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso (H) Variedad de lechugas Fruta de temporada		Garbanzos con verduritas (S) Salmón a horno (P) Lechuga , olivas y soja (SO) Yogurt (L) Pan integral		Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada		Macarrones (G,H*) con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada			INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas 604,5 76,2 22,5 23,9 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas 788,9 85,4 29,4 37,2
		LUNES	24	MARTES	25	MIERCOLES	26	JUEVES	27	VIERNES	28	ANALISIS NUTRICIONAL MEDIO	
3ª SEMANA		Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno (S) Arroz blanco salteado Fruta de temporada		Judias blancas guisadas (S) Bacalao al horno (P) con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada		Sopa de pescado con arroz (P,ML,C) Tortilla de patatas (H) Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt (L) Pan integral		Espirales (G,H*) con salsa de tomate Escalopa de pollo (G,L) Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo(L*) y verduras) Filete de merluza al horno (P) Variedad de ensaladas Fruta de temporada			INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas 606,1 92,7 33,7 28,5 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas 782,6 102,8 44,5 43,8
		LUNES	31										
4ª SEMANA													

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación
saludable



SERHS FOOD

81006 2807
Dpto. Ciencia y Nutrición
C/Granada 102 70216
Cof. Num. CAT901322



Un nuevo año empieza
con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14	ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO INFANTIL (2-6 años)	
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva		Lentejas guisadas con verduras (S)		Arroz con salsa de tomate casero		Judías blancas guisadas		Sopa de caldo con pasta		V. Energético H. de Carbi Proteína Grasas 608,4 97,6 29,1 29,16	
	Fingers de pollo		Bacalao al horno		Tortilla de calabacín (H)		Pollo asado al horno con piña		Salchichas de ternera al horno		PRIMARIA (7-12 años)	
	Lazos aliñados con aceite de oliva		Lechuga y zanahoria		Lechuga, olivas y soja (SO)		Lechuga, pepino y maíz		Variedad de ensalada		V. Energético H. de Carbi Proteína Grasas 773 98,5 40,3 46,6	
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt (L)		Fruta de temporada		Fruta de temporada		PRIMARIA (7-12 años)	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata		Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, zanahoria)		Garbanzos con verduras		Crema de brócoli, cebolla y patata		Macarrones con salsa de tomate		V. Energético H. de Carbi Proteína Grasas 577,8 69,4 20,72 24,92	
	Hamburguesa de coliflor y queso (L,H,SE,G)		Tortilla de patatas		Salmón a horno		Filete de pavo a la provenzal		Jamones de pollo al horno		PRIMARIA (7-12 años)	
	Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga, olivas y soja (SO)		Lechuga, pepino y maíz		Salsa de naranja y verduras		V. Energético H. de Carbi Proteína Grasas 773 98,5 40,3 46,3	
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt (L)		Fruta de temporada		Fruta de temporada		ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO INFANTIL (2-6 años)	
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva		Judías blancas guisadas (S)		Sopa de pescado con arroz		Espirales con salsa de tomate		Lentejas estofadas con verduras		V. Energético H. de Carbi Proteína Grasas 580,6 88,7 31,6 27,5	
	Salchichas de ave al horno		Bacalao al horno con pimentón		Tortilla de patatas		Escalopa de pollo		Filete de merluza al horno		PRIMARIA (7-12 años)	
	Arroz blanco salteado		Lechuga, tomate y maíz		Lechuga, zanahoria y pepino		Lechuga, olivas y maíz		Variedad de ensaladas		V. Energético Proteína Grasas 785,9 101,7 43,5 44,9	
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt (L)		Fruta de temporada		Fruta de temporada		ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO INFANTIL (2-6 años)	
4ª SEMANA		31										
	FIESTA											

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación
saludable



SERHS FOOD

81 985 2307
Dpto. Gestión y Nutrición
Sistema PROY NUTRIZ
CGL Num. CAT1091322



Un nuevo año empieza
con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14	ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva		Lentejas guisadas con verduras		Arroz con salsa de tomate casero		Judías blancas guisadas		Sopa de caldo vegetal con pasta		INFANTIL (2-6 años)
	Fingers de pescado		Bacalao al horno		Tortilla de calabacín		Merluza al horno		Hamburguesa de coliflor y queso		V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas
	Lazos aliñados con aceite de oliva		Lechuga y zanahoria		Lechuga, olivas y soja		Lechuga, pepino y maíz		Variedad de ensalada		591 87,3 32,8 29,5
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada		PRIMARIA (7-12 años)
											V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas
											783,4 109 41,5 45,6
2ª SEMANA	Borrajitas con patata	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, Tortilla de patatas	18	Garbanzos con verduras	19	Crema de brócoli, ceba y patata	20	Macarrones con salsa de tomate	21	ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO
	Hamburguesa de coliflor y queso		Variedad de lechugas		Salmón al horno		Filete de pavo a la provenzal		Merluza al horno		INFANTIL (2-6 años)
	Lechuga y zanahoria		Fruta de temporada		Lechuga, olivas y soja		Lechuga, pepino y maíz		Salsa de naranja y verduras		V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas
	Fruta de temporada				Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada		602,2 73,9 21,8 25,2
											PRIMARIA (7-12 años)
											V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas
											783,4 82,6 32,8 36,4
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva	24	Judías blancas guisadas	25	Sopa de pescado con arroz	26	Espirales con salsa de tomate	27	Lentejas guisadas con verduras	28	ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO
	Tortilla francesa		Bacalao al horno con pimentón		Tortilla de patata		Colas de rape al horno		Filete de merluza al horno		INFANTIL (2-6 años)
	Arroz blanco salteado		Lechuga, tomate y maíz		Lechuga, zanahoria y pepino		Lechuga, olivas y maíz		Variedad de ensaladas		V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada		585,6 91,4 31 27,2
											PRIMARIA (7-12 años)
											V. Energéti H. de Carbi Proteína Grasas
											743,8 94,7 39,8 42
4ª SEMANA	  										
	<p>EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA Y ACEITE ALTO OLEICO</p> <p>LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL</p> <p>NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA</p> <p>Una alimentación saludable</p>										

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



SERHS FOOD

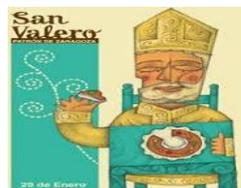
Dpto. Gestión y Atención al Cliente
Educa
C.C. Num. CAT001322



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos (S/G) aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin Lechuga, olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta (S/G) Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maiz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada	18	Garbanzos con verduras Salmón al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada	20	Macarrones (S/G) con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Pasta S/G con salsa de tomate Pollo rebozado con harina de maiz Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de lechugas Fruta de temporada	28
4ª SEMANA		31								



EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



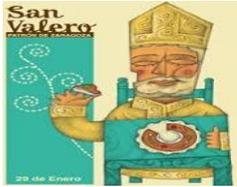
SERHS FOOD

81 644 2022
Diput. de Sevilla y Nutrición
Equipo de Diet. y Nutrición
C.C.P. Núm. CA1091302



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin Lechuga , olivas y soja Yogurt de soja		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maiz, zanahoria) Revuelto de champiñones Variedad de lechugas Fruta de temporada	18	Garbanzos con verduritas Salmón al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt de soja	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt de soja	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo sin leche Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada	27	Lentejas guisadas con verduras Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	28
4ª SEMANA	FIESTA	31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



SERHS FOOD

81 696 2897
Dpto. Gestión y Nutrición
Asesora PDIJ Torres
CCL Num. CAT001322



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Filete de pavo al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin Lechuga, olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maiz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada	18	Garbanzos con verduritas Lomo al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y patata con aceite de oliva Salsichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada	24	Judías blancas guisadas Pollo al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada	25	Sopa de caldo vegetal con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Tortilla francesa Variedad de ensaladas Fruta de temporada	28
4ª SEMANA		31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



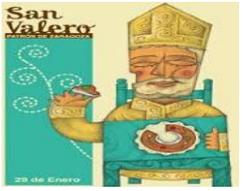
SERHS FOOD

01 ENE 2022
Diput. Familia y Nutrición
C/Granja Pardo Tena 22
C/Num. CAT091322



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada*		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin Lechuga , olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada*		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada*	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada*	18	Garbanzos con verduritas Salmón a horno Lechuga , olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada*	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada*	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada*	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada*	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada*	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*	28
4ª SEMANA		31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCCINADO Y AJUINADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



SERHS FOOD

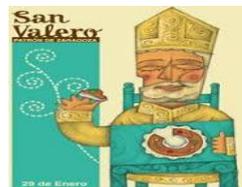
100% 2022
Dpto. Calidad y Nutrición
Sistema MIPY NORIEZ
Cód. Num. CA1001322



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada	18	Garbanzos con verduritas Salmón a horno Lechuga, olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	28
4ª SEMANA		31								



EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



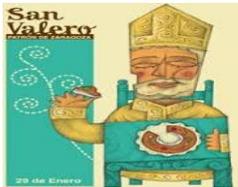
SERHS FOOD

Dpto. Gestión y Nutrición
Sistema PETS 16/182
CER Num. CA1001322



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada*		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada*		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada*	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada*	18	Garbanzos con verduritas Salmón a horno Lechuga, olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada*	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada*	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada*	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada*	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada*	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*	28
4ª SEMANA		31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCCINADO Y AJUINADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



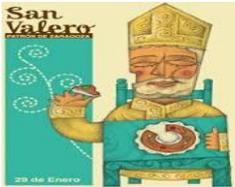
SERHS FOOD

31 de 2022
Dpto. Gestión y Atención al Cliente
Sistema PMS NEMOZ
Cód. Num. CA1001322



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada*		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada*		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada*	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*	17	Arroz 3 delices (guisantes, maíz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada*	18	Garbanzos con verduritas Salmón a horno Lechuga, olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada*	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada*	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada*	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada*	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada*	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*	28
4ª SEMANA	LUNES 31		  							

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



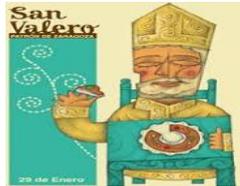
SERHS FOOD

81 984 280
Dpto. Prevención y Nutrición
Hospital Pío XII
C/Alm. CA109132



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada*		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin Lechuga , olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada*		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada*	
2ª SEMANA	Borrajás con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada*	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada*	18	Garbanzos con verduritas Salmón a horno Lechuga , olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada*	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada*	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada*	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada*	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada*	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*	28
4ª SEMANA		31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



SERHS FOOD

3 de enero 2022
Dipl. Científica y Nutrición
Dipl. en Dietética y Nutrición
C.C. Nº 107/12
C.C. Nº 107/12
C.C. Nº 107/12



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIERCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Fingers de pollo Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacin Lechuga , olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maiz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada	18	Lentejas con verduritas Salmón a horno Lechuga , olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maiz Fruta de temporada	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada	27	Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	28
4ª SEMANA		31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable



SERHS FOOD

81 644 2022
Diputación de Sevilla y Nutrición
Diputación de Sevilla y Nutrición
C.C.P. Núm. CA1091302



Un nuevo año empieza con una gran sonrisa



	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
1ª SEMANA	Judía verde con patata y aceite de oliva Croquetas de rustido Lazos aliñados con aceite de oliva Fruta de temporada		Garbanzos guisados con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada		Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt		Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Variedad de ensalada Fruta de temporada	
2ª SEMANA	Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada	17	Arroz 3 delicias (guisantes, maíz, zanahoria) Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada	18	Garbanzos con verduritas Salmón a horno Lechuga, olivas y soja Yogurt	19	Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada	20	Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada	21
3ª SEMANA	Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Arroz blanco salteado Fruta de temporada	24	Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada	25	Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt	26	Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada	27	Garbanzos a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	28
4ª SEMANA		31								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA



SERHS FOOD

81 644 2022
Diput. de Sevilla y Nutrición
Alimentación Infantil
C.C.P. Núm. CA1091302