

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

FESTIVO

02

CODITOS CON ATÚN
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y MAÍZ
YOGUR
PAN BLANCO
707,2Kcal - Prot:36,1g - Lip:25,4g - HC:79,3g AGS:7,2g - Azúcares:25,3g - Sal:2,0g

03

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
PALOMETA AL HORNO
ZANAHORIA PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
592,4Kcal - Prot:25,8g - Lip:16,5g - HC:81,9g AGS:3,4g - Azúcares:21,5g - Sal:1,7g

04

SOPA DE AVE CON FIDEOS
REVUELTO DE PATATAS, HUEVOS Y QUESO
PISTO DE VERDURAS
YOGUR
PAN BLANCO
764,1Kcal - Prot:38,4g - Lip:36,8g - HC:67,9g AGS:11,5g - Azúcares:24,1g - Sal:2,7g

05

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
MAGRA AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
581,9Kcal - Prot:32,9g - Lip:19,6g - HC:60,5g AGS:4,3g - Azúcares:19,7g - Sal:1,7g

08

CREMA DE CALABACÍN
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA DE
ALMENDRAS
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
704,8Kcal - Prot:19,3g - Lip:36,3g - HC:69,6g AGS:10,9g - Azúcares:20,4g - Sal:2,1g

09

PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y
PEREJIL
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
MAÍZ
YOGUR
PAN BLANCO
602,7Kcal - Prot:27,4g - Lip:16,3g - HC:84,4g AGS:4,4g - Azúcares:24,4g - Sal:1,9g

10

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO,
HUEVO COCIDO Y YORK
RAGOUT DE CERDO
CHAMPIÑONES SALTEADOS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
610,8Kcal - Prot:38,0g - Lip:21,4g - HC:62,0g AGS:5,4g - Azúcares:21,8g - Sal:1,8g

11

LENTEJAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN
YOGUR
PAN BLANCO
680,4Kcal - Prot:28,0g - Lip:26,0g - HC:77,5g AGS:6,2g - Azúcares:26,0g - Sal:3,6g

12

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
BOQUERONES FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
794,2Kcal - Prot:27,6g - Lip:37,8g - HC:82,9g AGS:10,4g - Azúcares:23,6g - Sal:3,4g

15

PAELLA MIXTA DE MAGRO Y POLLO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
602,7Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,2g - HC:81,5g AGS:4,1g - Azúcares:18,5g - Sal:2,0g

16

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
ABADEJO EN SALSA DE TOMATE
GUISANTES SALTEADOS
NATILLAS DE VAINILLA
PAN BLANCO
756,6Kcal - Prot:36,1g - Lip:31,1g - HC:74,6g AGS:8,8g - Azúcares:26,0g - Sal:2,4g

17

CREMA DE ZANAHORIAS
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA CÉSAR (LECHUGA, TOMATE,
CEBOLLA, POLLO, PAN Y SALSA CÉSAR)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
547,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:21,6g - HC:56,3g AGS:5,4g - Azúcares:25,8g - Sal:1,9g

18

MACARRONES A LA ITALIANA
MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO
704,7Kcal - Prot:36,7g - Lip:23,5g - HC:84,6g AGS:6,6g - Azúcares:26,6g - Sal:2,0g

19

LENTEJAS CON VERDURAS
VARITAS DE MERLUZA EMPANADAS
ENSALADA DE ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
662,3Kcal - Prot:23,4g - Lip:21,5g - HC:87,8g AGS:5,0g - Azúcares:22,0g - Sal:2,8g

22

CODITOS NAPOLITANA GRATINADOS
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO A LA
PLANCHA
PISTO DE VERDURAS CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
670,3Kcal - Prot:34,0g - Lip:24,3g - HC:75,4g AGS:6,0g - Azúcares:22,3g - Sal:1,9g

23

SOPA DE AVE CON ARROZ
REVUELTO DE YORK Y PATATAS
LECHUGA Y QUESO
YOGUR
PAN BLANCO
676,8Kcal - Prot:36,4g - Lip:29,2g - HC:66,8g AGS:9,2g - Azúcares:21,8g - Sal:2,2g

24

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
FOGONERO AL HORNO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
541,4Kcal - Prot:30,1g - Lip:17,5g - HC:60,0g AGS:3,0g - Azúcares:19,3g - Sal:1,4g

25

FESTIVO LOCAL
SANTA CATALINA
"La Merendica"



26

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS
FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
700,9Kcal - Prot:21,8g - Lip:31,7g - HC:79,5g AGS:7,9g - Azúcares:18,9g - Sal:2,8g

29

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO,
HUEVO COCIDO Y YORK
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
736,2Kcal - Prot:26,8g - Lip:36,9g - HC:77,9g AGS:13,8g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g

30

PAELLA MIXTA DE MAGRO Y POLLO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
YOGUR
PAN BLANCO
659,6Kcal - Prot:30,9g - Lip:23,1g - HC:84,9g AGS:6,5g - Azúcares:22,9g - Sal:1,9g

Atendiendo al Rgto. 1169/2011
pueden solicitar al personal de
SERUNION la información de sustancias
que pueden causar alergias o
intolerancias