

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

FESTIVO

03

FESTIVO

04

CREMA PARMENTIER
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
532,3Kcal - Prot:13,3g - Lip:18,1g - HC:72,5g AGS:2,8g - Azúcares:22,0g - Sal:1,1g

05

ENSALADA DE ARROZ (ARROZ, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, ATÚNY ACEITUNAS)
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA
PATATAS AL HORNO
YOGUR
PAN BLANCO
850,4Kcal - Prot:40,5g - Lip:29,5g - HC:103,5g AGS:7,9g - Azúcares:22,4g - Sal:2,3g

06

GARBANZOS CON VERDURAS
FOGONERO AL HORNO CON AJO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
478,9Kcal - Prot:23,2g - Lip:13,5g - HC:60,2g AGS:1,7g - Azúcares:19,1g - Sal:1,6g

09

PAELLA DE VERDURITAS
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
ENSALADA DE ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
687,6Kcal - Prot:31,2g - Lip:26,9g - HC:77,4g AGS:7,0g - Azúcares:11,9g - Sal:2,3g

10

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
MEDALLÓN DE SALMÓN AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
VASITO HELADO
PAN BLANCO
742,3Kcal - Prot:33,0g - Lip:31,5g - HC:75,9g AGS:12,0g - Azúcares:30,6g - Sal:2,5g

11

CREMA DE CALABACÍN Y QUESO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y ATÚN)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
508,9Kcal - Prot:17,0g - Lip:24,3g - HC:51,3g AGS:5,3g - Azúcares:10,9g - Sal:3,4g

12

ENSALADA DE PASTA (ESPIRALES, MAIZ, ZANAHORIA, JAMÓN YORK Y QUESO)
ALBÓNDIGAS EN SALSA DE ZANAHORIA
GUISANTES SALTEADOS
YOGUR
PAN BLANCO
958,7Kcal - Prot:39,5g - Lip:45,6g - HC:93,5g AGS:6,9g - Azúcares:28,8g - Sal:2,0g

13

SOPA DE VERDURAS CON POLLO
BACALAO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
414,0Kcal - Prot:22,7g - Lip:16,0g - HC:42,1g AGS:3,4g - Azúcares:9,8g - Sal:1,8g

16

GUISO DE PATATAS CON TERNERA
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN BLANCO
616,0Kcal - Prot:24,2g - Lip:23,3g - HC:73,7g AGS:3,7g - Azúcares:17,5g - Sal:1,2g

17

CODITOS CON ATÚN
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y MAÍZ
YOGUR
PAN BLANCO
715,5Kcal - Prot:36,3g - Lip:25,4g - HC:81,2g AGS:7,2g - Azúcares:25,4g - Sal:2,0g

18

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
PALOMETA AL HORNO
ZANAHORIA PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
582,8Kcal - Prot:25,7g - Lip:16,4g - HC:79,9g AGS:3,4g - Azúcares:19,8g - Sal:1,7g

19

GAZPACHO CASERO CON PICATOSTES
REVUELTO DE PATATAS, HUEVOS Y QUESO
PISTO DE VERDURAS
YOGUR
PAN BLANCO
699,9Kcal - Prot:30,4g - Lip:37,0g - HC:59,4g AGS:11,3g - Azúcares:26,2g - Sal:2,8g

20

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
MAGRA AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
572,3Kcal - Prot:32,7g - Lip:19,6g - HC:58,4g AGS:4,3g - Azúcares:18,0g - Sal:1,7g

23

CREMA DE CALABACÍN
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA DE ALMENDRAS
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
775,2Kcal - Prot:24,7g - Lip:46,6g - HC:58,8g AGS:3,5g - Azúcares:18,1g - Sal:1,5g

24

ENSALADA DE ARROZ (ARROZ, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, ATÚNY ACEITUNAS)
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
VERDURITAS SALTEADAS (CALABACIN, ZANAHORIA, CEBOLLA Y AJO)
VASITO HELADO
PAN BLANCO
783,7Kcal - Prot:28,9g - Lip:28,1g - HC:101,9g AGS:11,3g - Azúcares:30,7g - Sal:2,3g

25

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
RAGOUT DE CERDO
CHAMPIÑONES SALTEADOS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
601,2Kcal - Prot:37,9g - Lip:21,4g - HC:60,0g AGS:5,4g - Azúcares:20,0g - Sal:1,8g

26

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

27

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
BOQUERONES FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
811,0Kcal - Prot:28,0g - Lip:37,8g - HC:86,6g AGS:10,4g - Azúcares:26,5g - Sal:3,4g

30

PAELLA MIXTA DE MAGRO Y POLLO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
555,9Kcal - Prot:24,9g - Lip:20,1g - HC:71,5g AGS:4,1g - Azúcares:8,4g - Sal:1,9g

31

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
FOGONERO EN SALSA DE TOMATE
GUISANTES SALTEADOS
NATILLAS DE VAINILLA
PAN BLANCO
732,6Kcal - Prot:31,1g - Lip:30,7g - HC:74,6g AGS:8,7g - Azúcares:26,0g - Sal:2,3g

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