

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

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

05

PAELLA DE VERDURITAS
FLAMENQUIN DE YORK Y QUESO
ENSALADA DE ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
696,5Kcal - Prot:32,3g - Lip:27,4g - HC:77,4g AGS:7,1g - Azúcares:11,9g - Sal:2,3g

06

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
MERLUZA CON SALSAS DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
HELADO
PAN BLANCO
693,3Kcal - Prot:32,9g - Lip:26,4g - HC:75,2g AGS:5,8g - Azúcares:22,5g - Sal:2,5g

07

CREMA DE CALABACÍN Y QUESO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y ATÚN)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
551,6Kcal - Prot:17,3g - Lip:24,4g - HC:60,5g AGS:5,3g - Azúcares:19,4g - Sal:3,4g

08

ENSALADA DE PASTA (ESPIRALES, MAIZ, ZANAHORIA, YORK Y QUESO)
ALBÓNDIGAS EN SALSAS DE ZANAHORIA
GUISANTES SALTEADOS
YOGUR
PAN BLANCO
852,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:40,8g - HC:83,3g AGS:4,2g - Azúcares:29,2g - Sal:1,7g

09

SOPA DE VERDURAS CON POLLO
HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
453,2Kcal - Prot:22,2g - Lip:16,0g - HC:51,2g AGS:3,4g - Azúcares:18,2g - Sal:1,7g

12

GUIZO DE PATATAS CON TERNERA
VARITAS DE MERLUZA EMPANADAS
ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
616,0Kcal - Prot:24,2g - Lip:23,3g - HC:73,7g AGS:3,7g - Azúcares:17,5g - Sal:1,2g

13

MACARRONES CON ATÚN
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y MAÍZ
YOGUR
PAN INTEGRAL
713,3Kcal - Prot:36,3g - Lip:25,4g - HC:80,7g AGS:7,2g - Azúcares:25,0g - Sal:2,0g

14

ARROZ A LA CAZUELA
ALBÓNDIGAS EN SALSAS DE ALMENDRAS
CON MENESTRA DE VERDURAS
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

15

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

16

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

19

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
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

20

ENSALADA DE ARROZ (ARROZ, TOMATE, ZANAHORIA, MAIZ, ATÚN Y ACEITUNAS)
VARITAS DE MERLUZA
PISTO DE VERDURAS (CALABACIN, TOMATE, PIMIENTO ROJO, PIMIENTO VERDE, CEBOLLA Y AJO)
YOGUR Y PAN INTEGRAL
602,2Kcal - Prot:26,3g - Lip:16,2g - HC:85,6g AGS:4,4g - Azúcares:24,5g - Sal:1,8g

21

LENTEJAS CON ZANAHORIA
MAGRO EN SALSAS CON VERDURITAS
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

22

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN
YOGUR
PAN INTEGRAL
680,4Kcal - Prot:28,0g - Lip:26,0g - HC:77,5g AGS:6,2g - Azúcares:26,0g - Sal:3,6g

23

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO
SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
PIZZA DE YORK Y QUESO
HELADO
PAN BLANCO
811,0Kcal - Prot:28,0g - Lip:37,8g - HC:86,6g AGS:10,4g - Azúcares:26,5g - Sal:3,4g

