

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

06

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

635,1Kcal - Prot:16,8g - Lip:20,8g - HC:82,2g AGS:2,9g - Azúcares:17,2g - Sal:1,2g

13

ESPIRALES NAPOLITANA
MERLUZA AL GRATÉN
MAÍZ SALTEADO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

702,9Kcal - Prot:24,3g - Lip:28,8g - HC:82,7g AGS:4,1g - Azúcares:18,1g - Sal:1,8g

20

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
CAPRICHOS DE CALAMAR REBOZADOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

579,4Kcal - Prot:20,9g - Lip:23,22g - HC:66,4g AGS:2,8g - Azúcares:15,5g - Sal:2,6g

27

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

696,7Kcal - Prot:22,2g - Lip:31,8g - HC:78,1g AGS:7,9g - Azúcares:15,5g - Sal:2,8g

07

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON FINAS
HIERBAS
ARROZ PILAF
PAN INTEGRAL
YOGUR

655,3Kcal - Prot:41,6g - Lip:25,6g - HC:60,5g AGS:7,0g - Azúcares:25,6g - Sal:2,1g

14

CREMA DE GARBANZOS
ESTOFADO DE POLLO
ZANAHORIA DADO SALTEADA
PAN INTEGRAL
YOGUR

702,6Kcal - Prot:38,6g - Lip:25,2g - HC:73,8g AGS:6,3g - Azúcares:28,9g - Sal:2,1g

21

MACARRONES BELLA AURORA
TORTILLA FRANCESA
CHAMPIÑONES SALTEADOS
PAN INTEGRAL
YOGUR

647,0Kcal - Prot:29,2g - Lip:23,0g - HC:82,2g AGS:7,1g - Azúcares:25,6g - Sal:1,7g

28

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE LIMÓN
ZANAHORIA DADO SALTEADA
PAN INTEGRAL
YOGUR

694,9Kcal - Prot:32,6g - Lip:29,3g - HC:78,1g AGS:8,8g - Azúcares:27,8g - Sal:2,3g

01

FESTIVO NACIONAL

08

LENTEJAS CON CALABAZA
PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

706,5Kcal - Prot:30,4g - Lip:20,0g - HC:94,8g AGS:4,8g - Azúcares:17,5g - Sal:3,3g

15

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

631,7Kcal - Prot:16,2g - Lip:20,2g - HC:93,1g AGS:3,4g - Azúcares:20,0g - Sal:3,4g

22

PAELLA DE VERDURITAS
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

620,5Kcal - Prot:27,1g - Lip:18,2g - HC:81,6g AGS:4,0g - Azúcares:16,3g - Sal:1,6g

29

SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA
PASTEL DE PATATA Y CARNE GRATINADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

636,0Kcal - Prot:22,8g - Lip:21,5g - HC:80,3g AGS:7,2g - Azúcares:19,0g - Sal:1,9g

02

ESPAGUETIS A LA ITALIANA
BACALAO REBOZADO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL
YOGUR

723,2Kcal - Prot:23,2g - Lip:38,7g - HC:85,9g AGS:13,2g - Azúcares:25,8g - Sal:2,4g

09

GUIZO DE PATATAS CON POLLO
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
NATILLAS DE CHOCOLATE

708,4Kcal - Prot:27,6g - Lip:27,2g - HC:85,3g AGS:5,8g - Azúcares:21,6g - Sal:1,2g

16

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
PATATAS COCIDAS
PAN INTEGRAL
YOGUR

718,7Kcal - Prot:41,7g - Lip:25,0g - HC:78,9g AGS:7,7g - Azúcares:25,2g - Sal:3,2g

23

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
ABADEJO A LA VIZCAÍNA
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN INTEGRAL
YOGUR

623,9Kcal - Prot:39,4g - Lip:21,5g - HC:63,0g AGS:5,5g - Azúcares:25,0g - Sal:1,6g

30

CREMA DE ZANAHORIA
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA LIGERA DE MOSTAZA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
PAN INTEGRAL
YOGUR

686,0Kcal - Prot:36,3g - Lip:29,0g - HC:66,1g AGS:9,0g - Azúcares:31,0g - Sal:2,4g

03

CREMA PARMENTIERE
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
PISTO DE VERDURAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

547,3Kcal - Prot:25,3g - Lip:21,5g - HC:56,1g AGS:4,1g - Azúcares:22,4g - Sal:1,9g

10

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
SALCHICHAS DE CERDO FRESCAS A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

674,3Kcal - Prot:21,9g - Lip:29,5g - HC:78,0g AGS:7,6g - Azúcares:16,7g - Sal:1,5g

17

ALUBIAS PINTAS CON ARROZ
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

618,0Kcal - Prot:25,6g - Lip:21,5g - HC:78,8g AGS:4,4g - Azúcares:16,0g - Sal:1,8g

24

CREMA DE CALABACÍN
RAGOUT DE CERDO
CON PATATAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

566,5Kcal - Prot:27,7g - Lip:20,0g - HC:64g AGS:3,4g - Azúcares:18,2g - Sal:1,7g