

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

04

ARROZ CALDOSO CON POLLO
VARITAS DE MERLUZA EMPANADAS
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
686,4Kcal - Prot:20,0g - Lip:23,9g - HC:97,1g AGS:5,5g - Azúcares:15,9g - Sal:2,5g

05

LENTEJAS CON ZANAHORIA
MUSLOS DE POLLO ASADOS CON SALSA BARBACOA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN INTEGRAL
YOGUR
655,3Kcal - Prot:41,6g - Lip:25,6g - HC:60,5g AGS:7,0g - Azúcares:25,6g - Sal:2,1g

06

FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA

07

DÍA NO LECTIVO

08

FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN

01

CAZUELA DE FIDEOS CON BACALAO
ESCALOPE DE CERDO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
621,8Kcal - Prot:33,8g - Lip:24,3g - HC:64g AGS:2,1g - Azúcares:14,0g - Sal:1,5g

11

SOPA DE AVE CON FIDEOS
MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA
PATATAS DADO FRITAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
623,1Kcal - Prot:33,9g - Lip:21,9g - HC:69,1g AGS:4,8g - Azúcares:16,6g - Sal:1,7g

12

MACARRONES BOLOÑESA
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES
PAN INTEGRAL
YOGUR
623,1Kcal - Prot:33,6g - Lip:18,1g - HC:74,6g AGS:5,5g - Azúcares:23,8g - Sal:1,4g

13

CREMA DE CALABAZA ASADA
FILETE DE POLLO AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
564,8Kcal - Prot:29,3g - Lip:24,1g - HC:43,2g AGS:4,0g - Azúcares:16,7g - Sal:1,6g

14

GARBANZOS ESTOFADOS
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN INTEGRAL
YOGUR
659,7Kcal - Prot:31,0g - Lip:26,3g - HC:69,6g AGS:6,8g - Azúcares:23,2g - Sal:1,8g

15

PAELLA DE VERDURITAS
EMPANADILLAS DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
770,4Kcal - Prot:20,2g - Lip:24,4g - HC:113,7g AGS:5,7g - Azúcares:22,0g - Sal:2,5g

18

LENTEJAS CON CHORIZO
MERLUZA EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
597,0Kcal - Prot:28,4g - Lip:25,9g - HC:57,5g AGS:6,6g - Azúcares:16,7g - Sal:2,2g

19

SOPA DE ESTRELLITAS
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS
PURÉ DE PATATA
PAN INTEGRAL
YOGUR
606,9Kcal - Prot:35,4g - Lip:19,0g - HC:69,6g AGS:6,5g - Azúcares:25,3g - Sal:1,8g

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
578,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:20,0g - HC:71,1g AGS:3,1g - Azúcares:17,0g - Sal:3,3g

21

MENÚ ESPECIAL NAVIDAD
CALDO NAVIDEÑO CON PICADILLO DE POLLO,
JAMÓN SERRANO, HUEVO Y PICATOSTES
PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO
PAN INTEGRAL
POSTRE ESPECIAL
667,8Kcal - Prot:35,4g - Lip:21,9g - HC:79,2g AGS:7,7g - Azúcares:23,6g - Sal:3,5g

22

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

¡FELIZ NAVIDAD!

