

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

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

06

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

07

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

01

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

02

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

12

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:25,9g - HC:57,5g AGS:7,6g - Azúcares:16,7g - Sal:3,5g

13

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

LENTEJAS CON CALABAZA
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
627,6Kcal - Prot:28,1g - Lip:21,5g - HC:75,5g AGS:3,1g - Azúcares:15,5g - Sal:1,1g

15

GUIZO DE PATATAS CON POLLO
PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN INTEGRAL
NATILLAS DE CHOCOLATE
722,16Kcal - Prot:28,1g - Lip:27,7g - HC:85,3g AGS:5,8g - Azúcares:21,6g - Sal:1,2g

16

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
635,1Kcal - Prot:16,8g - Lip:20,4g - HC:90,2g AGS:2,9g - Azúcares:17,2g - Sal:1,2g

19

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

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

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA
631,7Kcal - Prot:16,2g - Lip:20,2g - HC:93,1g AGS:3,4g - Azúcares:20,0g - Sal:3,4g

22

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

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:72,8g AGS:4,4g - Azúcares:16,0g - Sal:1,8g

26

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

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

FESTIVO

DÍA DE ANDALUCÍA

29

DÍA DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA
NO LECTIVO