

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

03

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

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

04

MACARRONES BELLA AURORA
TORTILLA FRANCESA
CHAMPIÑONES SALTEADOS
PAN INTEGRAL
VASITO HELADO

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

05

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

06

GARBANZOS SALTEADOS CON JAMÓN SERRANO
MERLUZA 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

07

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

10

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:33,8g - HC:78,1g AGS:7,9g - Azúcares:15,5g -
Sal:2,8g

11

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:67,8g AGS:8,8g - Azúcares:27,8g -
Sal:2,3g

12

GAZPACHO CASERO CON PICATOSTES
PASTEL DE PATATA Y CARNE GRATINADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

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

13

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

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

14

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

17

ARROZ CALDOSO CON POLLO
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

686,4Kcal - Prot:20,0g - Lip:23,0g - HC:97,1g AGS:5,5g - Azúcares:15,9g -
Sal:2,5g

18

LENTEJAS CON ZANAHORIA
MUSLOS DE POLLO ASADOS CON SALSA
BARBACOA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN INTEGRAL
NATILLAS (VAINILLA O CHOCOLATE)

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

19

ENSALADA DE PASTA (ESPIRALES, MAIZ,
ZANAHORIA, JAMON YORK Y QUESO)
MERLUZA A LA BILBAÍNA
ZANAHORIA BABY AL VAPOR
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

657,6Kcal - Prot:29,8g - Lip:26,1g - HC:72,5g AGS:9,1g - Azúcares:20,3g -
Sal:2,5g

20

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO
CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
PIZZA DE JAMON YORK Y QUESO
PATATAS CHIPS
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA
VASITO HELADO

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

21

GARBANZOS ESTOFADOS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
TOMATE ALIÑADO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

585,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:21,4g - HC:71,9g AGS:3,2g -
Azúcares:16,7g - Sal:3,3g

24

SOPA DE AVE CON FIDEOS
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

**¡FELICES
VACACIONES!
HAPPY SUMMER!**

