

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

PROYECTO GASTRONÓMICO



SABOR A JUEGOS
MIÉRCOLES 20 NOVIEMBRE

TALLARINES
SALTA-SALTA

LOS JUEGOS DE CUERDA

 Durante estas jornadas de sabor, haremos un homenaje a los juegos de cuerda populares. Son muchas las canciones y juegos que se pueden hacer con la cuerda y disfrutaremos de un taller de juegos, que nos permitirá aprender, recordar y recuperar divertidos juegos tradicionales.

FESTIVO NACIONAL
DÍA DE TODOS LOS SANTOS

01

04

DÍA NO LECTIVO

05

MACARRONES BELLA AURORA (MACARRONES, SALSA BECHAMEL Y TOMATE)
REVUELTO DE JAMÓN YORK
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
728,9Kcal - Prot:32,7g - Lip:28,9g - HC:82,7g AGS:8,1g - Azúcares:24,0g - Sal:1,8g

06

CREMA DE CALABACÍN (CALABACIN, PATATA, CEBOLLA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (ALBÓNDIGAS, MENESTRA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO Y LAUREL)
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
661,9Kcal - Prot:18,7g - Lip:31,2g - HC:72,5g AGS:10,5g - Azúcares:18,7g - Sal:2,2g

07

ARROZ TRES DELICIAS (ARROZ, YORK, GUISANTES, HUEVO, CEBOLLA, AJO)
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
751,1Kcal - Prot:42,3g - Lip:28,8g - HC:79,6g AGS:7,6g - Azúcares:21,2g - Sal:1,7g

08

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
CABALLA EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
674,6Kcal - Prot:35,9g - Lip:27,5g - HC:64,2g AGS:3,7g - Azúcares:18,4g - Sal:1,6g

11

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
HUEVOS FRITOS CON SALCHICHAS FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
693,5Kcal - Prot:21,8g - Lip:31,7g - HC:78,0g AGS:7,8g - Azúcares:15,9g - Sal:2,8g

12

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
LIMANDA EMPANADA
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
783,5Kcal - Prot:37,3g - Lip:33,7g - HC:74,7g AGS:9,5g - Azúcares:23,6g - Sal:2,4g

13

SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA
LOMO ADOBADO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
460,0Kcal - Prot:25,0g - Lip:12,6g - HC:59,0g AGS:2,7g - Azúcares:16,8g - Sal:3,9g

14

CREMA DE ZANAHORIA CON ACEITE DE ALBAHACA
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA LIGERA DE MOSTAZA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
796,2Kcal - Prot:43,3g - Lip:36,3g - HC:70,3g AGS:10,5g - Azúcares:33,3g - Sal:2,7g

15

CODITOS A LA ITALIANA
MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE LIMÓN
ZANAHORIA SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
542,0Kcal - Prot:26,2g - Lip:12,8g - HC:76,7g AGS:1,8g - Azúcares:20,6g - Sal:1,8g

18

ARROZ CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA
HAMBURGUESA MIXTA CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
593,1Kcal - Prot:25,1g - Lip:17,2g - HC:79,7g AGS:3,9g - Azúcares:17,3g - Sal:2,4g

19

GARBANZOS ESTOFADOS
MUSLOS DE POLLO ASADOS CON SALSA BARBACOA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
727,1Kcal - Prot:45,7g - Lip:29,6g - HC:65,0g AGS:7,4g - Azúcares:24,4g - Sal:2,1g

20

PROYECTO GASTRONÓMICO
TALLARINES SALTA-SALTA (TALLARINES, CALABAZA, CEBOLLA, NATA, LECHE, QUESO MOZZARELLA Y NUEZ MOSCADA)
FOGONERO A LA VIZCAÍNA
CALABACÍN SALTEADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
635,6Kcal - Prot:30,3g - Lip:22,4g - HC:74,9g AGS:8,5g - Azúcares:21,5g - Sal:2,4g

21

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS (PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACÍN, CALABAZA, JUDÍA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)
RAGOUT DE CERDO CON PATATAS
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
591,0Kcal - Prot:38,5g - Lip:22,0g - HC:56,1g AGS:6,9g - Azúcares:26,0g - Sal:1,6g

22

LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
572,1Kcal - Prot:20,4g - Lip:20,1g - HC:70,4g AGS:3,2g - Azúcares:18,3g - Sal:3,3g

25

SOPA DE AVE CON FIDEOS
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS
PATATA PANADERA AL HORNO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
635,3Kcal - Prot:40,2g - Lip:21,6g - HC:65,6g AGS:5,4g - Azúcares:17,8g - Sal:1,8g

26

PAELLA MIXTA CON GUISANTES, POLLO, CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
593,9Kcal - Prot:33,4g - Lip:14,5g - HC:80,2g AGS:4,2g - Azúcares:22,6g - Sal:1,7g

27

CREMA DE CALABAZA ASADA
POLLO AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
501,5Kcal - Prot:29,0g - Lip:21,9g - HC:44,0g AGS:4,6g - Azúcares:17,3g - Sal:1,6g

28

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
654,6Kcal - Prot:32,8g - Lip:25,0g - HC:70,1g AGS:6,8g - Azúcares:23,1g - Sal:1,8g

29

CAZUELA DE FIDEOS CON BACALAO
EMPANADILLAS DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
657,7Kcal - Prot:21,0g - Lip:24,3g - HC:85,6g AGS:5,5g - Azúcares:20,0g - Sal:2,5g