

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SEMANA DEL PAN:

DURANTE LA SEMANA DEL 15 AL 19
DEGUSTARAN LOS SIGUIENTES TIPOS DE PAN:

- CENTENO
- SEMILLAS
- MULTICEREAL
- ALEMAN
- ESPELTA Y MIEL

08

SOPA DE PICADILLO COMPLETA
HAMBURGUESA DE TERNERA
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 759,4 Prot 27,4 Lip 37,3 HC 82,02

09

PAELLA DE VERDURITAS
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 658,3 Prot 26,7 Lip 21,1 HC 92,5

10

LENTEJAS CON CHORIZO
CAPRICHIO DE CALAMAR
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 750,6 Prot 25,0 Lip 35,8 HC 76,0

11

CREMA DE VERDURAS
REDONDO DE PAVO EN SALSA DE TOMATE
ARROZ SALTEADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 677,4 Prot 23,8 Lip 25,2 HC 84,5

12

ESPIRALES A LA MILANESA
FILETE DE CAELLA AL HORNO
ENSALADA CESAR
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 645,5 Prot 29,6 Lip 20,9 HC 80,8

15

ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN
ALBÓNDIGAS EN SALSA DE ALMENDRAS
ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 791,4 Prot 27,2 Lip 34,7 HC 87,8

16

CREMA PARMENTIER
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO A LAS
FINAS HIERBAS
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 823,3 Prot 43,1 Lip 34,0 HC 82,3

17

JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA DE COL Y POLLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 747,9 Prot 25,3 Lip 28,9 HC 85,1

18

PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA
ENSALADA MIXTA
NATILLAS
PAN BLANCO
Kcal 790,2 Prot 39,7 Lip 28,7 HC 91,1

19

GARBANZOS CON ESPINACAS
CAELLA EN ADOBO DE LIMÓN
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 605,0 Prot 28,6 Lip 18,0 HC 75,0

22

ARROZ A LA MILANESA
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
ENSALADA DE MAR
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 720,8 Prot 30,0 Lip 26,2 HC 87,9

23

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
BOQUERONES FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 824,5 Prot 37,6 Lip 35,4 HC 83,6

24

SOPA DE PESCADO
TORTILLA DE CALABACÍN
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 682,8 Prot 22,5 Lip 24,5 HC 87,5

25

PURÉ DE VERDURAS
NUGGETS DE POLLO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
REMOLACHA
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 604,0 Prot 15,0 Lip 26,5 HC 71,7

26

MACARRONES CON TOMATE
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 606,4 Prot 25,1 Lip 19,0 HC 80,1

29

CREMA DE HORTALIZAS
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ARROZ SALTEADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 616,7 Prot 26,6 Lip 17,6 HC 81,6

30

ARROZ A LA CAZUELA
CAELLA AL HORNO
ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 616,9 Prot 27,3 Lip 18,3 HC 82,7

31

CODITOS CON ATÚN
REVUELTO DE CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 661,1 Prot 26,5 Lip 25,8 HC 77,1

Atendiendo al Rgto.1169/2011
pueden solicitar al personal de
SERUNION la información de sustancias que
pueden causar alergias o intolerancias