

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

FESTIVO

04

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 662,8 Prot 24,1 Lip 20,8 HC 86,7

05

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y ATÚN)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 760,8 Prot 35,3 Lip 31,5 HC 80,6

06

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 580,20 Prot 19,9 Lip 18,6 HC 84,8

07

JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO
LIMANDA EN SALSA VERDE
JUDÍAS VERDES SALTEADAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 726,3 Prot 35,3 Lip 26,7 HC 75,1

08

MACARRONES A LA ITALIANA
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 709,4 Prot 37,9 Lip 24,6 HC 79,3

09

CREMA DE ZANAHORIAS
MAGRO HORNEADO EN SALSA
ENSALADA TROPICAL
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 593,7 Prot 27,2 Lip 22,5 HC 67,2

10

LENTEJAS CON VERDURAS
ABADEJO AL HORNO
PURÉ DE PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 621,3 Prot 35,4 Lip 13,2 HC 84,1

13

JORNADA GASTRONÓMICA: "JAPÓN"
YAKISOBA CON VERDURAS
POLLO TERIYAKI
CHAMPIÑONES SALTEADOS
FLAN

14

SOPA DE PESCADO
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y QUESO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 643,2 Prot 25,7 Lip 23,8 HC 76,5

15

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
CAELLA AL HORNO
ENSALADA MEDITERRÁNEA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 630,0 Prot 34,4 Lip 20,4 HC 70,4

16

PURÉ DE VERDURAS
LOMO ASADO A LA ESPAÑOLA
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 771,7 Prot 40,2 Lip 31,2 HC 78,7

17

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
MERLUZA AL HORNO
ENSALADA AMERICANA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 609,5 Prot 25,5 Lip 17,9 HC 83,6

20

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

21

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

22

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

23

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

24

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

27

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

28

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

29

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

30

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

Atendiendo al RD1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias