



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

CREMA DE HORTALIZAS
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE COL
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
514,6Kcal - Prot:24,8g - Lip:16,9g - HC:59,1g

02

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO Y SALCHICHA
PALOMETA EN SALSA DE PUEBROS
ZANAHORIA BABY AL VAPOR
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
627,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:18,4g - HC:85,5g

03

CODITOS CON ATÚN
REVUELTO DE CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
638,4Kcal - Prot:25,7g - Lip:25,5g - HC:73,1g

04

SOPA DE AVE CON FIDEOS
MAGRA AL AJILLO
PATATAS DADO
YOGUR
PAN BLANCO
704,4Kcal - Prot:41,8g - Lip:27,0g - HC:71,4g

05

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
ENSALADA VARIADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
614,3Kcal - Prot:24,2g - Lip:21,1g - HC:74,2g

08

CREMA DE CALABACÍN
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE AL HORNO
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
552,0Kcal - Prot:20,8g - Lip:23,1g - HC:61,4g

09

PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA / HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA
YOGUR
PAN BLANCO
604,8Kcal - Prot:27,6g - Lip:16,4g - HC:84,5g

10

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
RAGOUT DE CERDO
CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
595,3Kcal - Prot:37,8g - Lip:20,3g - HC:60,7g

11

LENTEJAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
584,6Kcal - Prot:20,4g - Lip:20,1g - HC:73,2g

12

FESTIVO

15

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES
TORTILLA FRANCESCA
ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
545,0Kcal - Prot:18,9g - Lip:17,5g - HC:79,8g

16

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
PEZ VELA EN SALSA VERDE
JUDIAS VERDES SALTEADAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
651,6Kcal - Prot:31,9g - Lip:26,1g - HC:63,1g

17

MACARRONES A LA ITALIANA
MAGRO DE CERDO CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
631,1Kcal - Prot:31,2g - Lip:21,2g - HC:74,2g

18

CREMA DE ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE TROPICAL (LECHUGA, PIÑA Y MAÍZ)
YOGUR
PAN BLANCO
563,3Kcal - Prot:28,7g - Lip:21,2g - HC:59,3g

19

LENTEJAS CON VERDURAS
VARITAS DE MERLUZA EMPANADAS
PURÉ DE PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
683,0Kcal - Prot:24,4g - Lip:20,2g - HC:95,0g

22

CODITOS NAPOLITANA GRATINADOS
FILETES DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
672,3Kcal - Prot:35,0g - Lip:24,4g - HC:75,3g

23

SOPA DE PESCADO CON ARROZ
TORTILLA DE CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA ICEBERG CON QUESO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
567,8Kcal - Prot:21,0g - Lip:21,3g - HC:68,3g

24

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
ABADEJO A LA PLANCHA / HORNO
ENSALADA MEDITERRÁNEA (LECHUGA, TOMATE, ATÚN, PEPINO, PIMIENTO Y CEBOLLA)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
574,3Kcal - Prot:34,5g - Lip:19,6g - HC:59,1g

25

PURÉ DE VERDURAS
CINTA DE LOMO A LA ESPAÑOLA
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
712,0Kcal - Prot:35,4g - Lip:29,0g - HC:73,5g

26

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA / HORNO
ENSALADA AMERICANA (COL ZANAHORIA, CEBOLLA, SURIMI Y MANZANA)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
530,4Kcal - Prot:21,9g - Lip:13,3g - HC:78,0g

29

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
730,7Kcal - Prot:26,6g - Lip:36,9g - HC:76,8g

30

PAELLA DE VERDURITAS
TORTILLA FRANCESCA
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR
PAN BLANCO
629,6Kcal - Prot:25,8g - Lip:20,7g - HC:87,4g

31

LENTEJAS CON CHORIZO
CAPRICHOS DE CALAMAR
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
685,8Kcal - Prot:21,7g - Lip:35,1g - HC:65,3g

28

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