

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

08

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO
665,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:24,1g - HC:79,5g AGS:5,7g - Azúcares:24,2g - Sal:3,5g

15

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
ZANAHORIA DADO SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
612,3Kcal - Prot:26,3g - Lip:25,8g - HC:60,4g AGS:6,4g - Azúcares:20,4g - Sal:2,2g

22

LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)
MUSLOS DE POLLO ASADOS CON SALSAS BARBACOA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
599,4Kcal - Prot:36,1g - Lip:22,3g - HC:58,9g AGS:4,5g - Azúcares:18,1g - Sal:2,0g

29

SOPA DE AVE CON FIDEOS
SALCHICHAS FRESCAS DE CERDO EN SALSAS ESPAÑOLA
PATATAS DADO FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
710,9Kcal - Prot:29,9g - Lip:32,9g - HC:70,2g AGS:8,4g - Azúcares:19,1g - Sal:3,9g

09

CREMA DE CALABACÍN (CALABACIN, PATATA, CEBOLLA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (ALBÓNDIGAS, MENESTRA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO Y LAUREL)
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
647,7Kcal - Prot:19,1g - Lip:30,8g - HC:69,2g AGS:10,4g - Azúcares:17,9g - Sal:2,1g

16

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
HUEVOS REVUELTOS CON SALCHICHAS FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
736,02Kcal - Prot:27,4g - Lip:33,9g - HC:78,5g AGS:9,7g - Azúcares:21,9g - Sal:2,7g

23

ARROZ TRES DELICIAS (ARROZ, YORK, GUI SANTES, HUEVO, CEBOLLA, AJO)
HAMBURGUESA MIXTA CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
623,0Kcal - Prot:30,3g - Lip:19,8g - HC:76,2g AGS:4,4g - Azúcares:15,6g - Sal:1,6g

30

TALLARINES A LA CARBONARA
MERLUZA EN SALSAS VERDES CON GUI SANTES
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
669,7Kcal - Prot:35,4g - Lip:23,6g - HC:76,1g AGS:10,7g - Azúcares:25,7g - Sal:2,2g

10

MACARRONES BELLA AURORA (MACARRONES, SALSAS BECHAMEL Y TOMATE)
RABAS REBOZADAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
631,6Kcal - Prot:17,4g - Lip:24,4g - HC:82,0g AGS:4,0g - Azúcares:17,1g - Sal:2,6g

17

CREMA DE ZANAHORIA CON ACEITE DE ALBAHACA
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSAS LIGERAS DE MOSTAZA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
669,4Kcal - Prot:31,7g - Lip:30,2g - HC:63,5g AGS:7,4g - Azúcares:25,5g - Sal:2,6g

24

ESPIRALES AL PESTO CON AJO Y ALBAHACA
BACALAO REBOZADO
ZANAHORIA BABY AL VAPOR
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO
753,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:31,5g - HC:87,4g AGS:7,5g - Azúcares:24,1g - Sal:1,6g

31

GARBANZOS CON PATATAS
REVUELTO DE QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
656,8Kcal - Prot:32,4g - Lip:31,3g - HC:56,3g AGS:9,5g - Azúcares:15,5g - Sal:2,5g

11

PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
656,8Kcal - Prot:30,5g - Lip:21,5g - HC:81,1g AGS:4,4g - Azúcares:17,8g - Sal:1,5g

18

SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA
PASTEL DE PATATA Y CARNE GRATINADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
709,2Kcal - Prot:28,8g - Lip:26,5g - HC:85,3g AGS:9,5g - Azúcares:26,8g - Sal:2,0g

25

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
RAGOUT DE CERDO CON PATATAS
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
593,32Kcal - Prot:33,1g - Lip:19,3g - HC:65g AGS:4,4g - Azúcares:23,6g - Sal:1,4g

12

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
SALMÓN AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO
637,9Kcal - Prot:36,1g - Lip:23,8g - HC:65,0g AGS:6,5g - Azúcares:25,2g - Sal:1,7g

19

ESPAGUETIS A LA ITALIANA
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
647,68Kcal - Prot:14,9g - Lip:20,5g - HC:96,5g AGS:3,0g - Azúcares:23,7g - Sal:3,7g

26

GARBANZOS ESTOFADOS
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO
670,9Kcal - Prot:30,8g - Lip:26,7g - HC:72,1g AGS:6,8g - Azúcares:23,4g - Sal:1,9g