

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



16

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
HELADO
PAN BLANCO
598,1Kcal - Prot:27,6g - Lip:24,7g - HC:62,2g AGS:7,2g - Azúcares:12,9g - Sal:1,8g

23

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
HUEVOS REVUELTOS CON SALCHICHAS FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
709,9Kcal - Prot:23,2g - Lip:32,3g - HC:78,6g AGS:8,2g - Azúcares:15,5g - Sal:2,8g

30

ARROZ TRES DELICIAS (ARROZ, YORK, GUI SANTES, HUEVO, CEBOLLA, AJO)
HAMBURGUESA MIXTA CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
634,1Kcal - Prot:30,0g - Lip:20,3g - HC:78,6g AGS:4,6g - Azúcares:15,7g - Sal:1,7g

10

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
635,03Kcal - Prot:16,8g - Lip:20,4g - HC:90,2g AGS:3,1g - Azúcares:18,9g - Sal:1,3g

17

MACARRONES BELLA AURORA (MACARRONES, SALSAS BECHAMEL Y TOMATE)
RABAS REBOZADAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
621,1Kcal - Prot:17,7g - Lip:24,0g - HC:79,6g AGS:4,0g - Azúcares:17,0g - Sal:2,5g

24

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
ZANAHORIA DADO SALTEADA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
685,8Kcal - Prot:32,3g - Lip:29,3g - HC:65,3g AGS:8,8g - Azúcares:28,1g - Sal:2,3g

11

ENSALADA CAMPERA (PATATA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA Y ATÚN)
MERLUZA AL GRATÉN
MAÍZ SALTEADO
HELADO
PAN BLANCO
692,1Kcal - Prot:25,2g - Lip:34,2g - HC:67,6g AGS:7,3g - Azúcares:14,6g - Sal:2,0g

18

CREMA DE CALABACÍN (CALABACIN, PATATA, CEBOLLA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (ALBÓNDIGAS, MENESTRA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO Y LAUREL)
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
658,5Kcal - Prot:18,8g - Lip:31,3g - HC:71,6g AGS:10,5g - Azúcares:18,0g - Sal:2,2g

25

GAZPACHO CASERO CON PICATOSTES (TOMATE, PIMIENTO ROJO, PEPINO Y PAN)
PASTEL DE PATATA Y CARNE GRATINADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
627,1Kcal - Prot:18,7g - Lip:24,9g - HC:77,7g AGS:7,1g - Azúcares:21,6g - Sal:2,3g

12

LENTEJAS CON CALABAZA
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
700,0Kcal - Prot:31,2g - Lip:19,7g - HC:92,5g AGS:4,7g - Azúcares:17,2g - Sal:3,1g

19

ENSALADA DE ARROZ (ARROZ, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, ATÚN Y ACEITUNAS)
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
698,4Kcal - Prot:31,6g - Lip:25,2g - HC:83,4g AGS:4,7g - Azúcares:14,4g - Sal:1,9g

26

CREMA DE ZANAHORIA CON ACEITE DE ALBAHACA
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSAS LIGERAS DE MOSTAZA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
HELADO
PAN INTEGRAL
674,7Kcal - Prot:32,7g - Lip:33,0g - HC:58,2g AGS:10,1g - Azúcares:22,9g - Sal:2,5g

13

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
MUSLITOS DE POLLO EN SALSAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO
720,5Kcal - Prot:35,9g - Lip:25,6g - HC:85,1g AGS:7,0g - Azúcares:23,4g - Sal:1,8g

20

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

27

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

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