

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

01
LENTEJAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA,
PIMIENTO ROJO, TOMATE)
ATÚN EN SALSA DE TOMATE
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 759,76 Lip. 23,05 Prot. 38,81 HC 92,76

04

MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE TOMATE
(MACARRONES, CALABAZA, TOMATE, CALABAZA Y
CEBOLLA)
TORTILLA FRANCESA HORNEADA
VERDURAS SALTEADAS (PATATAS, JUDIAS VERDES Y
ZANAHORIA)
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 578,50 Lip. 19,06 Prot. 22,97 HC 76,63

05

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE,
LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ATÚN)
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON VERDURAS
(ALUBIAS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO,
TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 699,30 Lip. 31,84 Prot. 23,52 HC 78,51

06

**FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA**

DÍA NO LECTIVO

07

**FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN**

08

11

SOPA DE AVE CON ARROZ (ARROZ, PUERRO Y POLLO)
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO AL HORNO
PATATA PANADERA HORNEADA (PATATA, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 574,04 Lip. 24,69 Prot. 23,92 HC 63,33

12

ENSALADA VARIADA CON QUESO (TOMATE,
LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)
LENTEJAS GUIADAS A LA JARDINERA (LENTEJAS,
PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO,
TOMATE)
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN BLANCO
Kcal 640,17 Lip. 22,65 Prot. 24,02 HC 83,89

13

ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
(ESPAGUETIS, TOMATE Y CEBOLLA)
FILETE DE MERLUZA HORNEADA EN SALSA VERDE
(CEBOLLA Y PEREJIL)
CON GUIANTES SALTEADOS (GUIANTES, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 647,69 Lip. 22,42 Prot. 25,01 HC 84,05

14

GUIZO DE GARBANZOS CON ARROZ (GARBANZOS,
ARROZ, PATATA, PIMIENTO VERDE, PATATA,
CEBOLLA Y TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA HORNEADA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL
LOMBARDA)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 718,59 Lip. 20,93 Prot. 25,40 HC 104,29

15

CREMA DE CALABACÍN (CALABACÍN Y PATATA)
JUREL EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL
BLANCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 644,86 Lip. 22,94 Prot. 28,20 HC 72,21

18

ARROZ COCIDO A LA CAMPESINA (GUIANTES,
CALABAZA, PIMIENTO ROJO, TOMATE CHAMPIÑÓN)
TORTILLA FRANCESA HORNEADA
CON ZANAHORIA RODAJA SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 565,47 Lip. 17,96 Prot. 18,36 HC 80,90

19

CREMA DE CALABAZA (CALABAZA Y PATATA)
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO
GUIADAS CON SALSA DE VERDURITAS (PATATA,
ZANAHORIA, JUDÍA VERDE Y GUIANTES)
CON ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 534,42 Lip. 21,86 Prot. 20,32 HC 61,24

20

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS
(LENTEJAS, PATATAS, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FILETE DE CABALLA AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA (PATATA,
ZANAHORIA, JUDÍAS VERDES Y GUIANTE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 780,47 Lip. 34,43 Prot. 39,75 HC 75,43

21

CODITOS CON ZANAHORIA, CEBOLLA Y SALSA DE
TOMATE
(CODITOS, ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CHAMPIÑÓN
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAIZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 572,21 Lip. 11,48 Prot. 19,73 HC 93,79

22

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
(TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y
ATÚN)
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (ALUBIAS,
PATATA, ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO
ROJO)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 808,89 Lip. 32,03 Prot. 27,94 HC 100,37

¡FELIZ NAVIDAD!



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

01
LENTEJAS A LA HORTELANA
TAQUITOS DE ATÚN EN SALSA DE TOMATE
ARROZ PILAF
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

04
MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE
TOMATE
TORTILLA FRANCESA
VERDURAS SALTEADAS
YOGUR
PAN BLANCO

05
ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

06
FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA

07
DÍA NO LECTIVO

08
FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN

11
SOPA CASERA DE AVE CON ARROZ
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PATATA PANADERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

12
ENSALADA VARIADA CON QUESO
LENTEJAS A LA JARDINERA
ZUMO DE NARANJA ECOLOGICO
PAN BLANCO

13
ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES SALTEADOS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

14
GUIZO DE GARBANZOS CON ARROZ
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y
COL LOMBARDA)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

15
CREMA DE CALABACÍN
JUREL EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y
COL BLANCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

18
ARROZ A LA CAMPESINA
TORTILLA FRANCESA
ZANAHORIA RODAJA SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO

19
CREMA DE CALABAZA
MERLUZA AL HORNO/PLANCHA
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA
FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

20
LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS
FILETE DE CABALLA AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

21
CODITOS CON ZANAHORIA EN SALSA DE
TOMATE
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y
CHAMPIÑÓN
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

22
ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

¡FELIZ NAVIDAD!



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

04

MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE TOMATE
TORTILLA FRANCESA
VERDURAS SALTEADAS
YOGUR
PAN BLANCO

05

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

06

FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA

07

DÍA NO LECTIVO

08

FESTIVO NACIONAL
DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN

11

SOPA CASERA DE VERDURAS CON ARROZ
TORTILLA FRANCESA
PATATA PANADERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

12

ENSALADA VARIADA CON QUESO
LENTEJAS A LA JARDINERA
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN BLANCO

13

ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES SALTEADOS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

14

GUIZO DE GARBANZOS CON ARROZ
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

15

CREMA DE CALABACÍN
JUREL EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL BLANCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

18

ARROZ A LA CAMPESINA
TORTILLA FRANCESA
ZANAHORIA RODAJA SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO

19

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA AL HORNO/PLANCHA
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

20

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS
FILETE DE CABALLA AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

21

CODITOS CON ZANAHORIA EN SALSA DE TOMATE
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CHAMPIÑÓN
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

22

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

¡FELIZ NAVIDAD!

