

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA (MACARRONES, TOMATE Y CEBOLLA)
FILETE DE JUREL AL HORNO AL AJO -ARRIERO CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS (JUDÍAS VERDES, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 652,01 Lip.17,93 Prot.27,43 HC 86,86

03

GARBANZOS COCIDOS CON ESPINACAS (GARBANZOS, PATATA, CEBOLLA, ESPINACAS Y TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 649,20 Lip. 28,03 Prot. 23,83 HC 73,73

04

ENSALADA VARIADA CON QUESO (LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)
GUIZO DE ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, JUDÍAS VERDES,
GUISANTES, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 545,48 Lip.14,22 Prot.12,03 HC 91,05

05

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (LENTEJAS, ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
CON PATATA DADO AL HORNO
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN INTEGRAL
Kcal 692,98 Lip.25,69 Prot.38,26 HC 74,12

06

SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO
CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 627,03 Lip.27,69 Prot.23,19HC 69,24

09

SOPA DE POLLO CON ARROZ (ARROZ, POLLO Y ZANAHORIA)
REVUELTO DE PATATAS, HUEVO Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL BLANCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 481,89 Lip.13,04 Prot.14,95 HC 74,46

10

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO EN SALSA ESPAÑOLA
PATATAS PANADERA (PATATA, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 586,03 Lip. 24,53 Prot. 20,87 HC 66,88

11

GUIZO DE ALUBIAS BLANCAS CASERAS CON ARROZ (ALUBIAS, ARROZ, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 738,31 Lip. 18,59 Prot. 29,13 HC 110,45

12

FESTIVO NACIONAL

13

NO LECTIVO

16

CODITOS EN SALSA DE TOMATE (CODITOS, TOMATE)
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 629,95 Lip. 20,33 Prot. 23,88 HC 86,01

17

ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS)
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 663,34 Lip. 23,57 Prot. 20,75 HC 90,58

18

PAELLA DE PESCADO (ARROZ, RAPE, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA, TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 595,62 Lip. 19,30 Prot. 19,67 HC 84,08

19

SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PAN Y AJO)
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 596,19 Lip. 29,03 Prot. 23,45 HC 57,46

20

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

23

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

24

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAÍZ 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

25

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PIMIENTO VERDE Y AJO)
HAMBURGUESA MIXTA DE POLLO Y CERDO AL HORNO
PISTO (CALABACÍN, BERENJENA, TOMATE, CEBOLLA Y PIMIENTO ROJO)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 529,27 Lip. 23,67 Prot. 19,24 HC 56,07

26

LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO, ZANAHORIA, TOMATE)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 684,65 Lip. 21,04 Prot. 29,09 HC 91,64

27

PAELLA CON VERDURAS Y POLLO (ARROZ, ZANAHORIA, CALABACÍN, PIMIENTO ROJO, TOMATE Y POLLO)
FILETE DE ABADAJO AL HORNO
CON SALSA DE CALABACÍN, TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 714,56 Lip. 20,15 Prot. 28,63 HC 103,62

30

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

31

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

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

MACARRONES CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE JUREL AL HORNO AL AJO-ARRIERO
JUDIAS VERDES SALTEADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

03

GARBANZOS CON ESPINACAS
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA
Y CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

04

ENSALADA VARIADA CON QUESO
ARROZ CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

05

LENTEJAS CON VERDURAS
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y
PEREJIL
PATATA DADO AL HORNO
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN INTEGRAL

06

SALMOREJO ECOLÓGICO (TOMATE, PAN Y
AJO) CON PICATOSTES
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

09

SOPA DE POLLO CON ARROZ
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL
BLANCA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

10

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON TOMATE
PATATA PANADERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

11

GUIISO DE ALUBIAS BLANCAS CASERAS CON
ARROZ
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

12

FESTIVO NACIONAL

13

NO LECTIVO

16

CODITOS CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

17

ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE,
MAÍZ, CEBOLLA Y ACEITUNAS)
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

18

PAELLA DE PESCADO
TORTILLA DE PATATAS Y ESPINACAS
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y
COL LOMBARDA)
YOGUR
PAN BLANCO

19

SALMOREJO ECOLÓGICO (TOMATE, PAN Y
AJO) CON PICATOSTES
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MAIZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

20

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

23

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

24

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

25

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
HAMBURGUESA DE AVE AL HORNO/PLANCHA
PISTO (HORTALIZAS CON TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

26

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

27

PAELLA CON VERDURAS Y POLLO
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON
CALABACÍN, TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y
CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

30

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

31

ENSALADA VARIADA CON QUESO
LENTEJAS A LA JARDINERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

MACARRONES CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE JUREL AL HORNO AL AJO ARRIERO
JUDIAS VERDES SALTEADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

03

GARBANZOS CON ESPINACAS
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA
Y CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

04

ENSALADA VARIADA CON QUESO
ARROZ CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

05

LENTEJAS CON VERDURAS
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y
PEREJIL
PATATA DADO AL HORNO
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN INTEGRAL

06

SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

09

SOPA CASERA DE VERDURAS CON ARROZ
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL
BLANCA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

10

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
MERLUZA AL HORNO/PLANCHA
PATATA PANADERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

11

GUISO DE ALUBIAS BLANCAS CASERAS CON
ARROZ
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

12

FESTIVO NACIONAL

13

NO LECTIVO

16

CODITOS CON SALSA DE TOMATE
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

17

ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE,
MAÍZ, CEBOLLA Y ACEITUNAS)
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

18

PAELLA DE PESCADO
TORTILLA DE PATATAS Y ESPINACAS
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y
COL LOMBARDA)
YOGUR
PAN BLANCO

19

SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
ESPIRALES CON VERDURAS EN SALSA DE
TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

20

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

23

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

24

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

25

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
MERLUZA AL HORNO/PLANCHA
PISTO (HORTALIZAS CON TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

26

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

27

PAELLA CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON
CALABACÍN, TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y
CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

30

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

31

ENSALADA VARIADA CON QUESO
LENTEJAS A LA JARDINERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

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