

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

06

ARROZ COCIDO A LA CAMPESINA (GUISANTES, 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

07

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

01

FESTIVO NACIONAL

02

NO LECTIVO

03

NO LECTIVO

08

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

09

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

10

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

13

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

14

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

15

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

16

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 726,62 Lip.26,35 Prot.40,28 HC 78,93

17

CREMA DE PATATA Y VERDURAS (PATATA, ESPINACAS, ZANAHORIA Y CALABACÍN)
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO
CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 595,26 Lip.23,40 Prot.25,33HC 70,25

20

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

21

CREMA DE JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA (JUDIAS VERDES, ZANAHORIA, PATATA)
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO EN SALSA ESPAÑOLA
PATATAS PANADERA (PATATA, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 533,08 Lip. 21,24 Prot. 20,88 HC 61,88

22

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

23

ESPIRALES CON CALABACÍN EN SALSA DE TOMATE
(ESPIRALES, TOMATE, CALABACIN Y CEBOLLA)
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON SALSA DE VERDURAS (CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y GUISANTES)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 717,15 Lip.19,20 Prot.32,62 HC 101,29

25

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ATÚN)
ESTOFADO DE LENDEJAS CON ZANAHORIA
(LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 717,15 Lip. 29,76 Prot. 27,27 HC 88,69

27

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

28

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

29

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

30

CREMA PARMENIERE (PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y CEBOLLA)
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 575,64 Lip. 23,40 Prot. 24,95 HC 64,81

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

06

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

07

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

01

FESTIVO NACIONAL

02

NO LECTIVO

03

NO LECTIVO

08

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

09

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

10

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

13

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

14

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

15

ENSALADA VARIADA CON QUESO
ARROZ CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

16

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

17

CREMA DE PATATA Y VERDURAS
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

20

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

21

CREMA DE JUDIAS VERDES Y ZANAHORIAS
ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON TOMATE
PATATA PANADERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

22

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

23

ESPIRALES CON CALABACÍN EN SALSA DE
TOMATE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON
VERDURAS
ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

24

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ESTOFADO DE LENTEJAS CON ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

27

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

28

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

29

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

30

CREMA PARMENTIERE
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

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

06

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

07

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

08

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

09

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

10

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

13

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

14

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

15

ENSALADA VARIADA CON QUESO
ARROZ CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

16

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

17

CREMA DE PATATA Y VERDURAS
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

20

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

21

CREMA DE JUDIAS VERDES Y ZANAHORIAS
MERLUZA AL HORNO/PLANCHA
PATATA PANADERA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

22

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

23

ESPIRALES CON CALABACÍN EN SALSA DE TOMATE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON VERDURAS
ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

24

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ESTOFADO DE LENTEJAS CON ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

27

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

28

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

29

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

30

CREMA PARMENTIERE
ESPIRALES CON VERDURAS EN SALSA DE TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL