

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

05

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 (MANZANA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 652,01 Lip.17,93 Prot.27,43 HC 86,86

12

SOPA DE POLLO CON ARROZ (ARROZ, ZANAHORIA, PUERRO Y POLLO)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL BLANCA)
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 540,39 Lip.13,49 Prot.16,30 HC 86,46

19

CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA (CODITOS, TOMATE Y CEBOLLA)
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE LIMÓN
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA (MANDARINA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 614,95 Lip. 20,33 Prot. 24,63 HC 81,51

26

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

06

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

13

CREMA DE JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA (JUDIAS VERDES, ZANAHORIA, PATATA)
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO
GUISADAS EN SALSA ESPAÑOLA (CEBOLLA, PIMIENTO VERDE, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, PATATA Y SALSA DE TOMATE)
PATATAS PANADERA HORNEADA (PATATA, CEBOLLA)
YOGUR Y PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 544,40 Lip. 24,71 Prot. 23,69 HC 54,18

20

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

27

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ATÚN)
ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON VERDURAS (ALUBIAS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 757,80 Lip. 32,29 Prot. 24,87 HC 90,51

07

ENSALADA VARIADA CON QUESO (TOMATE, LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)
GUISO DE ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, GUISANTES, JUDÍAS VERDES Y TOMATE)
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 618,98 Lip.14,67 Prot.12,63 HC 107,55

14

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

21

LENTEJAS GUIADAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA, PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS HORNEADA
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)
ZUMO DE NARANJA 100% ECOLÓGICO
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 688,67 Lip. 23,43 Prot. 31,50 HC 85,94

28

FESTIVO

DÍA DE ANDALUCÍA

01

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS (LENTEJAS, PATATAS, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CHAMPIÑÓN
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAIZ)
FRUTA FRESCA (MANZANA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 631,13 Lip. 21,40 Prot. 27,41 HC 79,37

08

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y TOMATE)
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON SALSA DE AJO Y PEREJIL
CON PATATA DADO AL HORNO (PATATA, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA (MANDARINA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 718,65 Lip.25,63 Prot.39,32 HC 79,58

15

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)
ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA (MANZANA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 658,65 Lip.18,75 Prot.31,27 HC 89,29

22

PAELLA DE PESCADO (ARROZ, RAPE, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA Y TOMATE)
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS (TOMATE, PIMIENTO ROJO, PATATA, ZANAHORIA, JUDIA VERDE Y GUISANTES)
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA (PERA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 681,42 Lip. 22,77 Prot. 25,46 HC 91,33

29

LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO, ZANAHORIA, TOMATE)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA)
FRUTA FRESCA (PERA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 681,75 Lip.20,95 Prot. 29,12 HC 91,05

02

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

09

CREMA DE PATATA Y VERDURAS (PATATA, ESPINACAS, ZANAHORIA Y CALABACÍN)
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA
CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA (PERA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 529,26 Lip.22,95 Prot.24,13 HC 56,15

16

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ATÚN)
ESTOFADO DE LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE)
FRUTA FRESCA (MANDARINA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 737,30 Lip. 29,76 Prot. 27,27 HC 88,69

23

CREMA PARMENIERE (PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y CEBOLLA)
ATÚN GUISADO EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)
FRUTA FRESCA (MANZANA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 613,57 Lip.21,13 Prot.30,15 HC 69,03

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

05

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

06

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

07

ENSALADA VARIADA CON QUESO
ARROZ CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

08

LENTEJAS CON VERDURAS
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
PATATA DADO AL HORNO
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

09

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

12

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

13

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

14

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

15

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

16

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

19

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

20

ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS)
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

21

LENTEJAS GUIADAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA, PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN BLANCO

22

PAELLA DE PESCADO (ARROZ, RAPE, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA, TOMATE)
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS (TOMATE, PIMIENTO ROJO, PATATA, ZANAHORIA, JUDIA VERDE Y GUIANTES)
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

23

CREMA PARMENIERE (PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y CEBOLLA)
ATÚN GUIADO EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

26

MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE TOMATE (MACARRONES, TOMATE, CALABAZA Y CEBOLLA)
TORTILLA FRANCESA HORNEADA
VERDURAS SALTEADAS (PATATAS, JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA)
YOGUR
PAN BLANCO

27

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

28

FESTIVO

DÍA DE ANDALUCÍA

29

LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO, ZANAHORIA, TOMATE)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA)
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

05

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

12

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

19

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

26

MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE TOMATE (MACARRONES, TOMATE, CALABAZA Y CEBOLLA)
TORTILLA FRANCESA HORNEADA
VERDURAS SALTEADAS (PATATAS, JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA)
YOGUR
PAN BLANCO

06

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

13

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

20

ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS)
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

27

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

07

ENSALADA VARIADA CON QUESO
ARROZ CON VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

14

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

21

LENTEJAS GUIADAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA, PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO
PAN BLANCO

28

FESTIVO

DÍA DE ANDALUCÍA

01

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CHAMPIÑÓN
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

08

LENTEJAS CON VERDURAS
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
PATATA DADO AL HORNO
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

15

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

22

PAELLA DE PESCADO (ARROZ, RAPE, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA, TOMATE)
MERLUZA AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

29

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

02

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

09

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

16

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

23

CREMA PARMENIERE (PATATA, ZANAHORIA, PUERRO Y CEBOLLA)
ATÚN GUIADO EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO