

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

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

635,03Kcal - Prot:16,8g - Lip:20,4g - HC:90,2g AGS:3,1g - Azúcares:18,9g - Sal:1,3g

13

LENTEJAS ESTOFADAS
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
HELADO
PAN BLANCO

598,1Kcal - Prot:27,6g - Lip:32,7g - HC:62,2g AGS:7,2g - Azúcares:12,9g - Sal:1,8g

20

ARROZ CON SALSA 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:32,6g - HC:78,6g AGS:8,2g - Azúcares:15,5g - Sal:2,8g

27

ENSALADA DE ARROZ (ARROZ, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, ATÚN Y ACEITUNAS)
HAMBURGUESA MIXTA CON TOMATE
ZANAHORIA BABY AL VAPOR
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

634,1Kcal - Prot:30,0g - Lip:20,3g - HC:78,6g AGS:4,6g - Azúcares:15,7g - Sal:1,7g

07

EMOJI PARTY – MENÚ ESPECIAL
DÍA MUNDIAL DE LA RISA
CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
HAPPY COMBO – (ALITAS DE POLLO ASADAS Y NUGGETS DE POLLO)
PATATAS FRITAS
POSTRE SIEMPRE DULCE – HELADO
PAN INTEGRAL

643,2Kcal - Prot:30,6g - Lip:22,5g - HC:74,3g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:2,2g



14

ENSALADA DE PASTA (ESPIRALES, MAIZ, ZANAHORIA, YORK Y QUESO)
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

21

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

28

LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)
MUSLOS DE POLLO ASADOS CON SALSA BARBACOA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

647,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:23,9g - HC:62,1g AGS:4,9g - Azúcares:19,8g - Sal:2,0g

01

FESTIVO
DÍA DEL TRABAJO

08

ENSALADA CAMPERA (PATATA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA Y ATÚN)
MERLUZA AL GRATÉN
MAÍZ SALTEADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

692,1Kcal - Prot:25,2g - Lip:34,2g - HC:67,6g AGS:7,3g - Azúcares:14,6g - Sal:2,0g

15

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

22

VAMOS AL MERCADO
GAZPACHO CASERO CON PICATOSTES (TOMATE, PIMIENTO ROJO, PEPINO Y PAN)
PASTEL DE PATATA Y CARNE GRATINADO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
POSTRE CASERO – PANCHINETA (HOJALDRE, CREMA PASTELERA, ALMENDRA, AZÚCAR)
PAN BLANCO

627,1Kcal - Prot:18,7g - Lip:24,9g - HC:77,7g AGS:7,1g - Azúcares:21,6g - Sal:2,3g



29

MACARRONES BELLA AURORA (MACARRONES, SALSA BECHAMEL Y TOMATE)
BACALAO REBOZADO
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
HELADO
PAN BLANCO

765,8Kcal - Prot:29,5g - Lip:29,7g - HC:93,1g AGS:8,5g - Azúcares:16,4g - Sal:1,6g

02

SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS
PURÉ DE PATATA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL

614,0Kcal - Prot:35,8g - Lip:19,0g - HC:70,6g AGS:6,5g - Azúcares:25,9g - Sal:1,8g

09

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

16

DÍA DEL CELÍACO
PAELLA DE PESCADO
(ARROZ, RAPE, JUDIAS VERDES, ZANAHORIA Y TOMATE)
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
(TOMATE, PIMIENTO ROJO, PATATA, ZANAHORIA, JUDIA VERDE Y GUIANTES)
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL / SIN GLUTEN

698,4Kcal - Prot:31,6g - Lip:25,2g - HC:83,4g AGS:4,7g - Azúcares:14,4g - Sal:1,9g



23

CREMA DE ZANAHORIA CON ACEITE DE ALBAHACA
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA LIGERA 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

30

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
RAGOUT DE CERDO CON PATATAS
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL

593,32Kcal - Prot:33,1g - Lip:19,3g - HC:65g AGS:4,4g - Azúcares:23,6g - Sal:1,4g

03

LENTEJAS CON ARROZ
FILETE DE GALLO A LA ANDALUZA
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

698,1Kcal - Prot:37,8g - Lip:16,4g - HC:92,8g AGS:2,4g - Azúcares:17,1g - Sal:1,7g

10

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA (MAGRO, TOMATE, PIMIENTO ROJO Y VERDE, CEBOLLA Y AJO)
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

17

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

24

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

31

GARBANZOS ESTOFADOS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO

670,5Kcal - Prot:24,8g - Lip:25,4g - HC:79,1g AGS:5,7g - Azúcares:24,4g - Sal:3,5g