

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

INDICACION :
NO PUEDE TOMAR FRUTAS QUE CONTENGAN PELO (MELOCOTÓN, ALBARICOQUE, KIWI, PARAGUAYO, PIÑA) NI YOGURES CON TROZOS DE FRUTA

10

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
730,7Kcal - Prot:26,6g - Lip:36,9g - HC:76,8g

11

PAELLA DE VERDURITAS
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR
PAN BLANCO
629,6Kcal - Prot:25,8g - Lip:20,7g - HC:87,4g

12

LENTEJAS CON CHORIZO
CAPRICHIO DE CALAMAR
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
685,8Kcal - Prot:21,7g - Lip:35,1g - HC:65,3g

13

CREMA DE VERDURAS
REDONDO DE PAVO EN SALSA DE TOMATE
ARROZ SALTEADO CON AJO Y CEBOLLA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
612,3Kcal - Prot:21,0g - Lip:22,5g - HC:77,5g

14

ESPIRALES A LA MILANESA
BACALAO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
ENSALADA CESAR
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
620,1Kcal - Prot:28,9g - Lip:20,3g - HC:76,6g

17

ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN
SALCHICHAS DE AVE AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ATÚN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
613,8Kcal - Prot:27,9g - Lip:21,1g - HC:75,4g

18

CREMA PARMENTIER
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
715,8Kcal - Prot:27,4g - Lip:30,7g - HC:78,3g

19

ALUBIAS ESTOFADAS CON PATATAS
PALOMETA AL HORNO / PLANCHA
ZANAHORIA SALTEADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
510,1Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:62,1g

20

ARROZ A LA MILANESA
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAIZ
NATILLAS
PAN BLANCO
749,7Kcal - Prot:36,0g - Lip:28,9g - HC:84,7g

21

GARBANZOS CON ESPINACAS
CAELLA EN ADOBO DE LIMÓN FRITO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
527,2Kcal - Prot:23,7g - Lip:16,9g - HC:63,9g

24

PAELLA DE VERDURITAS
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
736,2Kcal - Prot:33,6g - Lip:25,3g - HC:88,5g

25

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y ATÚN)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
617,4Kcal - Prot:34,9g - Lip:22,7g - HC:62,7g

26

SOPA DE PESCADO CON ARROZ
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
582,0Kcal - Prot:19,9g - Lip:21,4g - HC:72,3g

27

PURÉ DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
594,6Kcal - Prot:27,2g - Lip:21,7g - HC:69,1g

28

MACARRONES CON TOMATE
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA CON ZANAHORIA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
677,0Kcal - Prot:20,8g - Lip:26,4g - HC:84,8g