

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

04

05

06

07

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
TORTILLA DE ESPINACAS
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 490,20 Prot 19,24 Lip 14,00 HC 74.82

SOPA DE VERDURAS CON ARROZ
VARITAS DE MERLUZA
PURÉ DE PATATAS
LÁCTEO-YOGUR
PAN
Kcal 702.63 Prot 22.56 Lip 22.05 HC 100.56

TALLARINES AL AGLIO OLIO
RAGOUT DE TERNERA EN SALSA
ARROZ SALTEADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 830.71 Prot 32.05 Lip 34.28 HC 94.80

CREMA DE ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE POLLO
PATATA DADO
LÁCTEO-YOGUR
PAN
Kcal 669.33 Prot 30.89 Lip 24.60 HC 75.59

ARROZ A LA CUBANA CON SALSA TOMATE Y HUEVO
SALSICHAS FRANKFURT
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 714.11 Prot 25.30 Lip 31.83 HC 79.11

10

11

12

13

14

SOPA MINISTRONE
WOK DE TALLARINES CON POLLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 587.00 Prot 21.23 Lip 9.43 HC 100.09

GUIISO DE PATATAS CON MAGRO
CAELLA AL HORNO
ENSALADA DE TOMATE
LÁCTEO-NATILLAS
PAN
Kcal 587.17 Prot 27.01 Lip 17.44 HC 77.85

DÍA NO LECTIVO

CREMA DE ARROZ, ZANAHORIA Y PUERRO
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS CON AJO Y PIMENTON
LÁCTEO-YOGUR
PAN
Kcal 715.03 Prot 40.26 Lip 25.87 HC 78.17

ALUBIAS BLANCA ESTOFADAS CON PATATAS
CAPRICHIO DE CALAMAR
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 618.39 Prot 20.48 Lip 22.10 HC 74.95

17

18

19

20

21

PURE DE CALABACIN Y PATATA
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMON
ARROZ SALTEADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 573.67 Prot 25.24 Lip 18.62 HC 72.25

ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA A LA PLANCHA
ENSALADA DE TOMATES
LÁCTEO-YOGUR
PAN
Kcal 654.95 Prot 30.14 Lip 19.54 HC 88.35

ESPAGUETIS CARBONARA
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 739.78 Prot 22.95 Lip 29.18 HC 90.80

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ALBONDIGAS DE BACALAO CON VERDURITAS
LÁCTEO-FLAN
PAN
Kcal 609.20 Prot 26.13 Lip 14.88 HC 95.46

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ
FILETE DE JAMON A LA PLANCHA
ZANAHORIAS BABY AL VAPOR
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 665.48 Prot 39.31 Lip 21.89 HC 72.37

24

25

26

27

28

CODITOS A LA NAPOLITANA GRATINADOS
MAGRO DE CERDO HORNEADO EN SALSA
ZANAHORIA DADOS SALTEADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
Kcal 693.71 Prot 36.00 Lip 22.14 HC 82.42

SOPA DE PESCADO CON ARROZ
HUEVOS AL HORNO CON SALSA DE TOMATE
PURÉ DE PATATAS
LÁCTEO-YOGUR
PAN
Kcal 685.83 Prot 34.24 Lip 19.54 HC 78.82

COCIDO ANDALUZ
FILETE DE POLLO AL HORNO
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA TEMPORADA
PAN
Kcal 743.55 Prot 44.07 Lip 29.09 HC 69.76

ARROZ CON SALSA TOMATE
CODRON BLUE DE PAVO
ENSALADA LECHUGA
LÁCTEO-YOGUR
PAN
Kcal 920.60 Prot 43.52 Lip 36.73 HC 102.12

PURE DE VERDURAS
BUCHONES DE PESCADO (FISH)
PATATAS FRITAS (CHIPS)
FRUTA TEMPORADA
PAN
Kcal 876.36 Prot 31.19 Lip 29.96 HC 116.11

31

DÍA NO LECTIVO

Atendiendo al RD1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.