

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

09
LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
TORTILLA DE ESPINACAS
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
492,0Kcal - Prot:19,3g - Lip:14,0g -
HC:75,2g

10
SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS
VARITAS DE MERLUZA
PURÉ DE PATATAS
LÁCTEO-YOGUR
PAN
710,2Kcal - Prot:22,8g - Lip:22,1g -
HC:102,1g

11
TALLARINES AL AGLIO OLIO
RAGOUT DE TERNERA EN SALSA
MENESTRA SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
830,7Kcal - Prot:32,0g - Lip:34,3g -
HC:94,8g

12
CREMA DE ZANAHORIA
HAMBURGUESA DE POLLO
PATATAS DADO
LÁCTEO-YOGUR
PAN
669,3Kcal - Prot:30,9g - Lip:24,6g - HC:75,6g

13
ARROZ A LA CUBANA CON SALSA DE TOMATE
Y HUEVO
SALCHICHAS FRANKFURT
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
714,1Kcal - Prot:25,3g - Lip:31,8g - HC:79,1g

16
CREMA DE CALABACÍN
WOK DE TALLARINES CON POLLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
587,0Kcal - Prot:21,2g - Lip:9,4g -
HC:100,1g

17
GUIISO DE PATATAS CON MAGRO
CAELLA AL HORNO
ENSALADA DE TOMATE
LÁCTEO-NATILLAS
PAN
599,2Kcal - Prot:27,4g - Lip:17,5g -
HC:80,3g

18
MACARRONES EN SALSA DE TOMATE Y ATÚN
REVUELTO DE CALABACÍN
PATATAS DADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
743,3Kcal - Prot:27,7g - Lip:28,9g -
HC:89,2g

19
CREMA DE ARROZ, ZANAHORIA Y
PUERRO
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
MENESTRA SALTEADA CON AJO Y
PIMENTÓN
LÁCTEO-YOGUR/ PAN
715,0Kcal - Prot:40,3g - Lip:25,9g -
HC:78,2g

20
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON
PATATAS
CAPRICHIO DE CALAMAR
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
620,0Kcal - Prot:20,5g - Lip:22,1g -
HC:75,3g

23
PURÉ DE CALABACÍN Y PATATA
JAMONCITOS DE POLO AL LIMÓN
MENESTRA SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
573,7Kcal - Prot:25,2g - Lip:18,6g - HC:72,2g
AGS:3,7g - Azúcares:18,5g - Sal:1,7g

24
ARROZ CON VERDURAS
PALOMETA A LA PLANCHA
ENSALADA DE TOMATE
LÁCTEO-YOGUR
PAN
655,0Kcal - Prot:30,1g - Lip:19,5g - HC:88,3g

25
ESPAGUETIS CARBONARA
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
739,8Kcal - Prot:23,0g - Lip:29,2g - HC:90,8g

26
SOPA DE AVE CON FIDEOS
ALBÓNDIGAS DE BACALAO CON VERDURITAS
LÁCTEO-FLAN DE VAINILLA
610,4Kcal - Prot:26,2g - Lip:14,9g - HC:95,7g

27
LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA
ZANAHORIA BABY AL VAPOR
FRUTA DE TEMPORADA
PAN
665,5Kcal - Prot:39,3g - Lip:21,9g - HC:72,4g

30
CODITOS A LA NAPOLITANA
GRATINADOS
MAGRO DE CERDO HORNEADO EN
SALSA
ZANAHORIA DADO SALTEADA
FRUTA DE TEMPORADA
693,7Kcal - Prot:36,0g - Lip:22,1g -
HC:82,4g

31
SOPA DE PESCADO CON ARROZ
HUEVOS AL HORNO CON SALSA DE
TOMATE
PURÉ DE PATATAS
LÁCTEO-YOGUR
PAN
691,8Kcal - Prot:34,4g - Lip:25,0g -
HC:80,0g

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