

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

COCIDO ANDALUZ
FILETE DE POLLO AL HORNO
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN
745,2Kcal - Prot:44,1g - Lip:29,1g - HC:70,1g

02

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
CORDON BLEU DE PAVO
ENSALADA DE LECHUGA
YOGUR
PAN
920,6Kcal - Prot:43,5g - Lip:36,7g - HC:102,1g

03

PURÉ DE VERDURAS
BUCHONES DE PESCADO
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN
876,4Kcal - Prot:31,2g - Lip:29,9g - HC:116,1g

06

PAJARITAS CON SALSA DE TOMATE
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
ZANAHORIAS BABY AL VAPOR
FRUTA FRESCA
PAN
667,8Kcal - Prot:29,0g - Lip:22,4g - HC:83,7g

07

SOPA DE PUCHERO
CROQUETAS Y EMPANADILLAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN
745,2Kcal - Prot:44,1g - Lip:29,1g - HC:70,1g

08

CREMA DE HORTALIZAS
LOMO A LA ESPAÑOLA
ARROZ PILAF
FRUTA FRESCA
PAN
715,8Kcal - Prot:35,6g - Lip:22,8g - HC:87,0g

09

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
PATATAS DADO
YOGUR
PAN
835,6Kcal - Prot:39,6g - Lip:33,8g - HC:85,2g

10

ARROZ CALDOSO CON VERDURAS Y POLLO
TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN
704,0Kcal - Prot:28,1g - Lip:26,5g - HC:85,2g

13

LENTEJAS CON VERDURAS
NUGGETS DE POLLO
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN
1040,2Kcal - Prot:29,8g - Lip:39,9g - HC:134,5g

14

PATATAS RIOJANA
TORTILLA DE CALABACÍN
ENSALADA DE TOMATE
YOGUR
PAN
767,2Kcal - Prot:21,7g - Lip:36,0g - HC:84,1g

15

ARROZ A LA MILANESA
HAMBURGUESA VEGETAL
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN
723,3Kcal - Prot:18,0g - Lip:23,6g - HC:102,5g

16

JORNADA GASTRONÓMICA: "MEXICO"
ARROZ CON FRIJOLE NEGROS
FAJITAS CON POLLO Y VERDURAS
NACHOS CON SALSA DE QUESO
ENSALADA DE PICO DE GALLO (TOMATE PICADO CON CILANTRO)
FRUTA FRESCA/PAN
742,9Kcal - Prot:21,4g - Lip:23,4g - HC:108,0g

17

ESPIRALES SALTEADOS CON SALSA DE TOMATE Y CHAMPIÑONES
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR
FRUTA FRESCA
PAN
694,3Kcal - Prot:24,9g - Lip:22,1g - HC:95,6g

20

SOPA DE ESTRELLITAS
GRATÉN DE PATATA CON ATÚN
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN
601,4Kcal - Prot:19,2g - Lip:17,9g - HC:86,2g

21

PAELLA MIXTA
MAGRA AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA
YOGUR
PAN
766,7Kcal - Prot:42,8g - Lip:27,1g - HC:86,5g

22

ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN
PEZ VELA EN SALSA DE TOMATE
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA FRESCA
PAN
604,0Kcal - Prot:26,8g - Lip:15,9g - HC:84,6g

23

GARBANZOS CON ESPINACAS
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
FLAN DE VAINILLA
PAN
664,9Kcal - Prot:29,3g - Lip:25,5g - HC:73,9g

24

CREMA DE HORTALIZAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS CON TOMATE
ARROZ PILAF
FRUTA FRESCA
PAN
763,2Kcal - Prot:21,2g - Lip:30,4g - HC:95,2g

27

NO LECTIVO

28

DÍA DE ANDALUCÍA

27

NO LECTIVO

28

DÍA DE ANDALUCÍA

29

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

30

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

31

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