

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

FESTIVO

02

ARROZ CON VERDURAS  
MERLUZA A LA PLANCHA  
TOMATE ALIÑADO  
YOGUR  
PAN  
Kcal 660.90 Prot 31.1 Lip 19.8 HC 88.3

03

ESPAGUETIS A LA CARBONARA  
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ  
FRUTA  
PAN  
Kcal 758.7 Prot 22.9 Lip 31.3 HC 90.9

04

SOPA DE AVE CON FIDEOS  
ALBÓNDIGAS DE BACALAO CON  
VERDURITAS  
FLAN DE VAINILLA  
PAN  
Kcal 610.4 Prot 26.2 Lip 14.9 HC 95.7

05

LENTEJAS CON ARROZ  
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA  
ZANAHORIA BABY AL VAPOR  
FRUTA  
PAN  
Kcal 665.5 Prot 39.3 Lip 21.9 HC 72.4

08

CODITOS A LA NAPOLITANA GRATINADOS  
MAGRO DE CERDO HORNEADO EN SALSA  
ZANAHORIA DADO SALTEADA  
FRUTA  
PAN  
Kcal 693.7 Prot 36.0 Lip 22.1 HC 82.4

09

SOPA DE PESCADO CON ARROZ  
HUEVOS AL HORNO CON SALSA DE TOMATE  
PURÉ DE PATATA  
YOGUR  
PAN  
Kcal 691.8 Prot 34.4 Lip 25.0 HC 80.0

10

COCIDO ANDALUZ  
FILETE DE POLLO AL HORNO  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA  
PAN  
Kcal 735.6 Prot 43.0 Lip 28.5 HC 70.1

11

ARROZ CON SALSA DE TOMATE  
CORDON BLEU DE PAVO  
ENSALADA DE LECHUGA ICEBERG  
YOGUR  
PAN  
Kcal 920.6 Prot 43.5 Lip 36.7 HC 85.2

12

PURÉ DE VERDURAS  
BUCHONES DE PESCADO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA  
PAN  
Kcal 671.3 Prot 28.2 Lip 22.5 HC 83.7

15

PAJARITAS CON SALSA DE TOMATE  
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY  
ZANAHORIA BABY AL VAPOR  
FRUTA  
PAN  
Kcal 693.7 Prot 36.0 Lip 22.1 HC 82.4

16

SOPA DE PUCHERO  
CROQUETAS Y EMPANADILLAS  
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ  
HELADO  
PAN  
Kcal 742.9 Prot 34.4 Lip 23.4 HC 108.0

17

CREMA DE HORTALIZAS  
LOMO A LA ESPAÑOLA  
ARROZ PILAF  
FRUTA  
PAN  
Kcal 715.8 Prot 35.6 Lip 22.8 HC 87.0

18

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO  
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
YOGUR  
PAN  
Kcal 835.6 Prot 39.6 Lip 33.8 HC 85.2

19

ARROZ CALDOSO CON VERDURAS Y POLLO  
TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y  
QUESO  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA  
PAN  
Kcal 704.04 Prot 28.1 Lip 26.5 HC 85.2

22

PATATAS RIOJANA  
NUGGETS DE POLLO  
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA  
FRUTA  
PAN  
Kcal 725.8 Prot 25.6 Lip 27.2 HC 88.6

23

LENTEJAS CON VERDURAS  
TORTILLA DE CALABACÍN  
TOMATE ALIÑADO  
YOGUR  
PAN  
Kcal 767.2 Prot 21.7 Lip 36.0 HC 84.1

24

ARROZ A LA MILANESA  
HAMBURGUESA VEGETAL  
PATATAS FRITAS  
FRUTA  
PAN  
Kcal 832.6 Prot 19.3 Lip 28.9 HC 116.0

25

ESPIRALES SALTEADOS CON SALSA DE  
TOMATE Y CHAMPIÑONES  
REDONDO DE PAVO EN SALSA A LA  
ESPAÑOLA  
MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR  
HELADO  
PAN  
Kcal 715.0 Prot 28.1 Lip 28.1 HC 81.9

26

**DIA NACIONAL DEL CELÍACO**  
CREMA PARMENIERE  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL  
FRUTA  
PAN BLANCO  
Kcal 694.3 Prot 24.9 Lip 22.1 HC 95.6

29

SOPA DE ESTRELLITAS  
GRATEN DE PATATA CON ATÚN  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA  
PAN  
Kcal 601.4 Prot 19.2 Lip 17.9 HC 86.2

30

PAELLA MIXTA  
MAGRA AL AJILLO  
ENSALADA DE LECHUGA ICEBERG  
YOGUR  
PAN  
Kcal 766.7 Prot 42.8 Lip 27.1 HC 86.5

31

ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN  
PEZ VELA EN SALSA DE TOMATE  
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS CON  
AJO Y PIMENTÓN  
FRUTA  
PAN  
Kcal 604.0 Prot 26.8 Lip 15.9 HC 84.6

El día 27 de mayo se celebra el día Nacional del Celíaco, y como cada año, lo celebramos en nuestros comedores escolares. La propuesta es tener un menú celíaco para todo el comedor el día viernes 26 de mayo.

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