

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**02**

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA DE TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 580,20 Prot 19,9 Lip 18,6 HC 84,8

**03**

JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO  
LIMANDA EN SALSA VERDE  
JUDIAS VERDES SALTEADAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 726,3 Prot 35,3 Lip 26,7 HC 75,1

**04**

MACARRONES A LA ITALIANA  
MAGRO HORNEADO EN SALSA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAÍZ Y  
ACEITUNAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 709,4 Prot 37,9 Lip 24,6 HC 79,3

**05**

CREMA DE ZANAHORIAS  
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE  
ENSALADA TROPICAL  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 593,7 Prot 27,2 Lip 22,5 HC 67,2

**06**

LENTEJAS CON VERDURAS  
ABADEJO AL HORNO  
PURÉ DE PATATAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 621,3 Prot 35,4 Lip 13,2 HC 84,1

**09**

CODITOS NAPOLITANA GRATINADOS  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
MENESTRA SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 727,2 Prot 38,9 Lip 26,3 HC 80,8

**10**

SOPA DE PESCADO  
TORTILLA DE PATATAS  
LECHUGA Y QUESO  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 643,2 Prot 25,7 Lip 23,8 HC 76,5

**11**

COCIDO ANDALUZ COMPLETO  
CAELLA AL HORNO  
ENSALADA MEDITERRÁNEA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 630,0 Prot 34,4 Lip 20,4 HC 70,4

**12**

PURÉ DE VERDURAS  
LOMO ASADO A LA ESPAÑOLA  
PATATAS FRITAS  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 771,7 Prot 40,2 Lip 31,2 HC 78,7

**13**

ARROZ CON SALSA DE TOMATE  
MERLUZA AL HORNO  
ENSALADA AMERICANA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 609,5 Prot 25,5 Lip 17,9 HC 83,6

**16**

SOPA DE PICADILLO COMPLETA  
HAMBURGUESA DE TERNERA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 759,4 Prot 27,4 Lip 37,3 HC 82,02

**17**

PAELLA DE VERDURITAS  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 658,3 Prot 26,7 Lip 21,1 HC 92,5

**18**

LENTEJAS CON CHORIZO  
CAPRICHICO DE CALAMAR  
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 750,6 Prot 25,0 Lip 35,8 HC 76,0

**19**

CREMA DE VERDURAS  
REDONDO DE PAVO EN SALSA DE TOMATE  
ARROZ SALTEADO  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 677,4 Prot 23,8 Lip 25,2 HC 84,5

**20**

ESPIRALES A LA MILANESA  
FILETE DE CAELLA AL HORNO  
ENSALADA CESAR  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 645,5 Prot 29,6 Lip 20,9 HC 80,8

**23**

ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN  
ALBÓNDIGAS EN SALSA DE ALMENDRAS  
ENSALADA MIXTA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 791,4 Prot 27,2 Lip 34,7 HC 87,8

**24**

CREMA PARMENTIER  
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO A LAS  
FINAS HIERBAS  
PATATAS FRITAS  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 823,3 Prot 43,1 Lip 34,0 HC 82,3

**25**

JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS  
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA  
ENSALADA DE COL Y POLLO  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 747,9 Prot 25,3 Lip 28,9 HC 85,1

**26**

PAELLA DE VERDURITAS  
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA  
ENSALADA MIXTA  
NATILLAS  
PAN BLANCO  
Kcal 790,2 Prot:39,7g Lip:28,7g HC:91,1g

**27**

GARBANZOS CON ESPINACAS  
CAELLA EN ADOBO CON LIMÓN  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO  
Kcal 605,0 Prot 28,6 Lip 18,0 HC 75,0

**30**

NO LECTIVO

**SEMANA DEL PAN:**  
DURANTE LA SEMANA DEL 23 AL 23  
DEGUSTARAN LOS SIGUIENTES TIPOS DE PAN:  
-CENTENO  
-SEMILLAS  
-MULTICEREAL  
-INTEGRAL  
-ESPELTA Y MIEL

Atendiendo al Rgto. 1169/2011  
pueden solicitar al personal de  
SERUNION la información de sustancias que  
pueden causar alergias o intolerancias