

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

FESTIVO

02

SOPA DE PESCADO
TORTILLA DE CALABACÍN
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 682,8 Prot 22,5 Lip 24,5 HC 87,5

03

PURÉ DE VERDURAS
NUGGETS DE POLLO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
REMOLACHA
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 604,0 Prot 15,0 Lip 26,5 HC 71,7

04

MACARRONES CON TOMATE
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 606,4 Prot 25,1 Lip 19,0 HC 80,1

07

CREMA DE HORTALIZAS
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ARROZ SALTEADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 616,7 Prot 26,6 Lip 17,6 HC 81,6

08

ARROZ A LA CAZUELA
CAELLA AL HORNO
ENSALADA MIXTA
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 616,9 Prot 27,3 Lip 18,3 HC 82,7

09

CODITOS CON ATÚN
REVUELTO DE CALABACÍN
ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 661,1 Prot 26,5 Lip 25,8 HC 77,1

10

SOPA DE AVE CON FIDEOS
MAGRO AL AJILLO
PATATAS DADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 764,1 Prot 46,6 Lip 29,1 HC 76,6

11

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CAPRICHIO DE CALAMAR
ENSALADA VARIADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 621,3 Prot 20,6 Lip 22,1 HC 75,5

14

CREMA DE CALABACÍN
HAMBURGUESA DE POLLO
PATATAS FRITAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 586,6 Prot 24,4 Lip 22,7 HC 65,2

15

PAELLA DE VERDURITAS
MERLUZA A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
REMOLACHA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 648,6 Prot 31,1 Lip 17,1 HC 90,0

16

SOPA DE PICADILLO COMPLETA
RAGOUT DE CERDO
CHAMPIÑONES SALTEADOS
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 648,6 Prot 31,1 Lip 17,1 HC 90,0

17

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 662,8 Prot 24,1 Lip 20,8 HC 86,7

18

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
Kcal 760,8 Prot 35,3 Lip 31,5 HC 80,6

21

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

22

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

23

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

24

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

25

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

28

DÍA NACIONAL DEL CELÍACO
PURÉ DE VERDURAS
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA
MENESTRA SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO/PAN SIN GLUTEN
Kcal 727,2 Prot 38,9 Lip 26,3 HC 80,8

29

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

30

JORNADA GASTRONÓMICA: "INDIA"
SOPA INDIA DE ZANAHORIAS
POLLO TANDOORI
PATATAS BOMBAY
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO

31

CODITOS NAPOLITANA GRATINADOS
LOMO ASADO A LA ESPAÑOLA
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 771,7 Prot 40,2 Lip 31,2 HC 78,7

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