

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

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

**04**

ARROZ TRES DELICIAS  
(ARROZ, YORK, GUI SANTES, HUEVO, CEBOLLA, AJO)  
CABALLA EN SALSA DE TOMATE  
(CABALLA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)  
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA  
RALLADA Y MAÍZ  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
770,3Kcal - Prot:32,4g - Lip:33,1g - HC:81,9g AGS:5,5g - Azúcares:19,7g - Sal:2,4g

**11**

SOPA DE AVE CON FIDEOS  
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
682,3Kcal - Prot:36,5g - Lip:25,3g - HC:72,0g AGS:6,4g - Azúcares:20,5g - Sal:1,8g

**18**

CREMA DE ZANAHORIA  
(ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA)  
CANELONES DE CARNE CON SALSA BECHAMEL  
GRATINADOS CON QUESO  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
550,4Kcal - Prot:15,1g - Lip:20,9g - HC:70,1g AGS:6,4g - Azúcares:31,0g - Sal:2,9g

**25**

CODITOS NAPOLITANA  
TORTILLA DE QUESO  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y  
CEBOLLA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
664,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:27,3g - HC:73,3g AGS:8,1g - Azúcares:20,3g - Sal:2,3g

**05**

GUI SO DE GARBANZOS CON ESPINACAS  
(GARBANZOS, PATATAS, ESPINACAS, TOMATE,  
CEBOLLA)  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CÉSAR (LECHUGA, TOMATE,  
CEBOLLA, POLLO, QUESO, PAN Y SALSA CESAR)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
565,0Kcal - Prot:27,1g - Lip:22,2g - HC:62,3g AGS:4,3g - Azúcares:18,4g - Sal:1,6g

**12**

FESTIVO

**19**

PAELLA MIXTA CON GUI SANTES, POLLO,  
CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS  
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE  
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA  
YOGUR  
PAN INTEGRAL  
632,4Kcal - Prot:30,4g - Lip:19,4g - HC:80,9g AGS:5,6g - Azúcares:24,1g - Sal:2,1g

**26**

GRATÉN DE PATATA CON SALSA BECHAMEL  
Y BACON  
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUI SANTES  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
532,4Kcal - Prot:28,2g - Lip:19,0g - HC:57,7g AGS:6,4g - Azúcares:20,0g - Sal:2,2g


**06**

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
(PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACIN,  
CALABAZA, JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)  
POLLO A LA RIOJANA  
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO  
YOGUR  
PAN BLANCO  
705,0Kcal - Prot:40,1g - Lip:27,4g - HC:70,8g AGS:7,3g - Azúcares:27,3g - Sal:2,1g

**13**

ESPIRALES AL PESTO CON AJO Y ALBAHACA  
FLAMENQUINES DE YORK Y QUESO  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
715,3Kcal - Prot:20,6g - Lip:28,6g - HC:89,2g AGS:4,5g - Azúcares:21,8g - Sal:1,3g

**20**

 DUO DE ALÚBIAS CON SOFRITO  
VEGETAL Y COMINO  
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
583,7Kcal - Prot:18,7g - Lip:20,0g - HC:72,2g AGS:3,4g - Azúcares:20,7g - Sal:3,4g

**27**

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA ESPAÑOLA  
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
762,0Kcal - Prot:24,8g - Lip:38,5g - HC:74,6g AGS:1,9g - Azúcares:23,1g - Sal:2,0g

**07**

FIDEUA DE VERDURITAS  
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA  
PISTO DE VERDURAS  
(CALABACIN, TOMATE, PIMIENTO ROJO Y VERDE,  
CEBOLLA Y AJO)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
692,6Kcal - Prot:20,8g - Lip:31,7g - HC:84,3g AGS:11,3g - Azúcares:25,4g - Sal:1,6g

**14**

CREMA DE CALABACÍN  
(CALABACIN, PATATA, CEBOLLA)  
JAMONCITOS DE POLLO HORNEADOS CON  
SALSA AL CURRY  
COUS COUS  
YOGUR  
PAN INTEGRAL  
692,0Kcal - Prot:39,0g - Lip:29,8g - HC:64,7g AGS:9,2g - Azúcares:23,8g - Sal:1,7g

**21**

SOPA DE AVE CON VERDURAS Y ESTRELLITAS  
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO CON  
PATATAS  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
512,6Kcal - Prot:28,3g - Lip:12,3g - HC:66,4g AGS:3,2g - Azúcares:21,1g - Sal:1,3g

**28**

LENTEJAS CON ZANAHORIA  
(LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA,  
PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)  
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO  
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA  
YOGUR  
PAN INTEGRAL  
754,2Kcal - Prot:34,6g - Lip:23,5g - HC:95,5g AGS:7,2g - Azúcares:26,0g - Sal:3,4g

**01**

MACARRONES A LA ITALIANA  
FRITURA DE CROQUETAS Y  
EMSPANADILLAS  
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
675,3Kcal - Prot:17,4g - Lip:21,6g - HC:98,8g AGS:4,3g - Azúcares:24,5g - Sal:3,0g

**08**

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ  
(LENTEJAS, ARROZ, TOMATE, CEBOLLA,  
ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)  
MERLUZA A LA ANDALUZA  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
544,4Kcal - Prot:27,7g - Lip:15,5g - HC:68,7g AGS:2,3g - Azúcares:18,5g - Sal:1,6g

**15**

COCIDO ANDALUZ  
(GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE,  
PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)  
MERLUZA A LA BILBAÍNA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y  
REMOLACHA RALLADA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
548,7Kcal - Prot:30,5g - Lip:17,6g - HC:61,0g AGS:3,0g - Azúcares:20,0g - Sal:1,5g

**22**

LENTEJAS CON CHORIZO  
FOGONERO FRITO  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y  
REMOLACHA RALLADA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
650,8Kcal - Prot:29,5g - Lip:29,0g - HC:62,9g AGS:7,0g - Azúcares:19,4g - Sal:2,1g

**29**

ARROZ CON VERDURAS  
(ARROZ, CALABACIN, CEBOLLA, GUI SANTES,  
TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)  
PECHUGA DE POLLO AL AJILLO  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
576,5Kcal - Prot:29,5g - Lip:13,8g - HC:80,4g AGS:2,5g - Azúcares:20,0g - Sal:1,6g