







LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES


VIERNES

 PRODUCTO ECOLÓGICO  
 RICO EN OMEGA 3  
 POSTRE CASERO  
 PAN INTEGRAL  
 FUENTE DE PROTEÍNA VEGETAL  
 PRODUCTO DE TEMPORADA

 PRODUCTO DE PROXIMIDAD




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

**01**  
 SOPA DE AVE CON FIDEOS  
 REVUELTO DE PATATAS, HUEVOS Y QUESO  
 PISTO DE VERDURAS  
 YOGUR  
 PAN INTEGRAL  
 731,4Kcal - Prot:36,1g - Lip:36,0g - HC:63,6g AGS:10,9g - Azúcares:18,5g - Sal:2,5g  
 


**02**  
 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS  
 MAGRA AL AJILLO  
 ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO  
 575,3Kcal - Prot:33,0g - Lip:19,6g - HC:58,7g AGS:4,3g - Azúcares:18,3g - Sal:1,7g  


**05**  
 CREMA DE CALABACÍN  
 ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA DE ALMENDRAS  
 PATATAS FRITAS  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO  
 775,2Kcal - Prot:24,7g - Lip:46,6g - HC:58,8g AGS:3,5g - Azúcares:18,1g - Sal:1,5g  




**06**  
 FESTIVO  
 DÍA DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA

**07**  
 SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO  
 COCIDO Y YORK  
 RAGOUT DE CERDO  
 CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL  
 FRUTA FRESCA DE TEMPORADA  
 PAN BLANCO ECOLÓGICO  
 602,8Kcal - Prot:37,9g - Lip:21,4g - HC:60,2g AGS:5,4g - Azúcares:20,1g - Sal:1,8g  
  

**08**  
 FESTIVO  
 DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN


**09**  
 ESPAGUETIS EN SALSA CARBONARA  
 BOQUERONES FRITOS  
 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y MAÍZ  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO  
 791,3Kcal - Prot:27,7g - Lip:37,8g - HC:82,3g AGS:10,4g - Azúcares:22,1g - Sal:3,4g  


**12**  
 PAELLA DE MARISCO  
 TORTILLA FRANCESA  
 ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAÍZ  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO  
 598,6Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,2g - HC:80,7g AGS:4,1g - Azúcares:16,8g - Sal:1,9g  


**13**  
 ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO  
 ABADJO EN SALSA DE TOMATE  
 GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA  
 FRUTA FRESCA  
 PAN INTEGRAL  
 651,9Kcal - Prot:33,1g - Lip:25,7g - HC:62,0g AGS:6,4g - Azúcares:21,8g - Sal:2,1g  
 

**14**  
 CREMA DE ZANAHORIA  
 FLAMENQUINES  
 ENSALADA MEDITERRANEA (LECHUGA, TOMATE, ATÚN, PEPINO, PIMIENTO Y CEBOLLA)  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO ECOLÓGICO  
 499,6Kcal - Prot:24,5g - Lip:18,8g - HC:51,9g AGS:4,3g - Azúcares:24,2g - Sal:1,9g  


**15**  
 MACARRONES ECOLÓGICOS A LA ITALIANA  
 MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA  
 MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS CON AJO Y PIMENTÓN  
 YOGUR NATURAL CON TOPPING DE FRUTA FRESCA  
 PAN INTEGRAL  
 628,9Kcal - Prot:34,1g - Lip:21,5g - HC:72,0g AGS:5,4g - Azúcares:15,7g - Sal:1,9g  
  

**16**  
 LENTEJAS CON VERDURAS  
 CALAMARES A LA ROMANA  
 ENSALADA DE ZANAHORIA, REMOLACHA, MAÍZ Y PASAS  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO  
 672,9Kcal - Prot:23,6g - Lip:21,4g - HC:90,6g AGS:5,0g - Azúcares:23,1g - Sal:2,6g  


**19**  
 PURÉ DE VERDURAS  
 REDONDO DE PAVO  
 PISTO CON PATATA  
 FRUTA FRESCA  
 PAN BLANCO  
 515,2Kcal - Prot:26,0g - Lip:19,9g - HC:54,0g AGS:3,9g - Azúcares:23,1g - Sal:1,7g  


**20**  
 SOPA DE AVE CON ARROZ ECOLÓGICO  
 REVUELTO DE JAMÓN YORK CON PATATAS  
 ENSALADA DE LECHUGA ICEBERG CON QUESO  
 FRUTA FRESCA DE TEMPORADA  
 PAN INTEGRAL  
 591,5Kcal - Prot:31,0g - Lip:24,7g - HC:59,3g AGS:6,6g - Azúcares:15,9g - Sal:1,9g  
   

**21**  
 COCIDO ANDALUZ  
 SALMON AL HORNO  
 TOMATE ALIÑADO CON OREGANO  
 FRUTA FRESCA  
 PAN ECOLÓGICO  
 523,6Kcal - Prot:27,6g - Lip:17,3g - HC:58,6g AGS:3,0g - Azúcares:18,0g - Sal:1,4g  


**22**  
 MENÚ ESPECIAL  
 PIZZA DE JAMÓN Y QUESO  
 NUGGETS DE POLLO  
 CON PATATAS FRITAS  
 POSTRE DE NAVIDAD  
 997,3Kcal - Prot:28,3g - Lip:48,9g - HC:107,1g AGS:12,9g - Azúcares:21,3g - Sal:3,8g  
 

**23**  
 VACACIONES DE NAVIDAD  


**26**  
 VACACIONES DE NAVIDAD  


**27**  
 VACACIONES DE NAVIDAD  


**28**  
 VACACIONES DE NAVIDAD  


**29**  
 VACACIONES DE NAVIDAD  


**30**  
 VACACIONES DE NAVIDAD  
