

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

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

 PRODUCTO DE PROXIMIDAD



¡JORNADAS GASTRONÓMICAS LLENAS DE PROTEÍNA VEGETAL!
MARTES 11 ABRIL 2023

03

04

05

06

07

VACACIONES SEMANA SANTA

VACACIONES SEMANA SANTA

VACACIONES SEMANA SANTA

VACACIONES SEMANA SANTA

VACACIONES SEMANA SANTA

10

11

12

13

14

ENSALADA DE PASTA
FLAMENQUÍN DE YORK Y QUESO
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
768,9Kcal - Prot:24,1g - Lip:28,5g - HC:99,5g AGS:2,0g - Azúcares:24,4g - Sal:1,3g

NUTRIFRIENDS
ARROZ MELOSO DE CALABAZA Y QUESO BLUE
TORTILLA DE CHAMPIÑONES
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR NATURAL CON TOPPING DE FRUTA
PAN INTEGRAL
615,1Kcal - Prot:24,0g - Lip:26,3g - HC:68,2g AGS:6,7g - Azúcares:11,5g - Sal:1,9g

ALUBIAS ESTOFADAS CON PATATAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO/PLANCHA
ZANAHORIA SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO ECOLÓGICO
481,9Kcal - Prot:23,9g - Lip:12,2g - HC:61,1g AGS:1,6g - Azúcares:21,1g - Sal:1,7g

CREMA PARMENIER
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL
685,1Kcal - Prot:34,6g - Lip:25,1g - HC:76,6g AGS:7,4g - Azúcares:17,8g - Sal:1,7g

GARBANZOS CON ESPINACAS
FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
471,0Kcal - Prot:23,1g - Lip:13,5g - HC:58,3g AGS:1,7g - Azúcares:17,1g - Sal:1,6g

17

18

19

20

21

PAELLA DE VERDURITAS
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
ENSALADA DE ZANAHORIA, REMOLACHA, MAÍZ Y PASAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
736,3Kcal - Prot:32,7g - Lip:25,8g - HC:89,5g AGS:6,9g - Azúcares:23,3g - Sal:1,8g

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
VARITAS DE MERLUZA
ENSALADA MIXTA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
735,6Kcal - Prot:25,1g - Lip:31,9g - HC:81,1g AGS:3,6g - Azúcares:17,3g - Sal:1,2g

CREMA DE CALABACÍN Y QUESO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO ECOLÓGICO
530,5Kcal - Prot:15,6g - Lip:22,5g - HC:60,9g AGS:5,0g - Azúcares:19,7g - Sal:3,6g

MACARRONES ECOLÓGICOS CON TOMATE
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA DE ZANAHORIA
GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA
BATIDO DE PLÁTANO Y MANZANA CON LECHE
PAN INTEGRAL
844,8Kcal - Prot:31,2g - Lip:39,3g - HC:85,6g AGS:3,1g - Azúcares:27,2g - Sal:1,7g

LENTEJAS CON QUINOA ECOLÓGICA
BACALAO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
610,8Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,5g - HC:75,2g AGS:3,4g - Azúcares:18,6g - Sal:1,8g

24

25

26

27

28

CREMA DE HORTALIZAS
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
613,5Kcal - Prot:22,5g - Lip:24,0g - HC:72,4g AGS:3,6g - Azúcares:19,2g - Sal:1,4g

CODITOS CON ATÚN
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
628,0Kcal - Prot:30,9g - Lip:20,9g - HC:73,2g AGS:4,6g - Azúcares:19,0g - Sal:1,6g

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
FILETE DE JUREL AL HORNO / PLANCHA
ZANAHORIA PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO ECOLÓGICO
611,4Kcal - Prot:26,9g - Lip:16,7g - HC:84,4g AGS:3,4g - Azúcares:23,9g - Sal:1,8g

SOPA DE AVE CON FIDEOS ECOLÓGICOS
REVUELTO DE PATATAS, HUEVOS Y QUESO
PISTO DE VERDURAS
POSTRE CASERO (NATILLAS DE VAINILLA O CHOCOLATE)
PAN INTEGRAL
731,4Kcal - Prot:36,1g - Lip:36,0g - HC:63,6g AGS:10,9g - Azúcares:18,5g - Sal:2,5g

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