

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



11

MACARRONES CON TOMATE
BUÑUELOS DE BACALAO
PATATAS FRITAS
HELADO
PAN INTEGRAL
920,2Kcal - Prot:17,7g - Lip:41,7g - HC:115,3g AGS:4,4g - Azúcares:19,5g - Sal:1,5g



12

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
MERLUZA A LA ANDALUZA
ENSALADA MIXTA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
BATIDO DE PLÁTANO Y MANZANA CON LECHE
PAN INTEGRAL
672,9Kcal - Prot:37,6g - Lip:25,2g - HC:67,9g AGS:5,1g - Azúcares:20,5g - Sal:1,4g



13

CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
PISTO DE VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO ECOLÓGICO
578,1Kcal - Prot:15,9g - Lip:25,7g - HC:66,2g AGS:4,9g - Azúcares:19,5g - Sal:4,3g



14

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



15

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



18

CREMA DE HORTALIZAS
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)
HELADO
PAN BLANCO
619,8Kcal - Prot:23,3g - Lip:46,6g - HC:67,2g AGS:6,4g - Azúcares:14,7g - Sal:1,5g



19

ENSALADA DE PASTA (ESPIRALES, MAIZ, ZANAHORIA, TOMATE, ATÚN Y ACEITUNAS)
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL
746,7Kcal - Prot:31,2g - Lip:25,1g - HC:92,1g AGS:6,0g - Azúcares:16,8g - Sal:1,7g



20

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
PALOMETA EN SALSA DE PUERROS
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



21

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



22

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



25

CREMA DE CALABACÍN
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA DE ALMENDRAS
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
771,4Kcal - Prot:24,7g - Lip:46,6g - HC:58,8g AGS:3,5g - Azúcares:18,1g - Sal:1,5g



26

PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
CON ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ)
GELATINA
PAN INTEGRAL
587,7Kcal - Prot:23,3g - Lip:14,7g - HC:86,7g AGS:3,3g - Azúcares:21,8g - Sal:1,7g



27

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS ECOLÓGICOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
RAGOUT DE CERDO
CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO ECOLÓGICO
599,0Kcal - Prot:37,9g - Lip:21,4g - HC:60,2g AGS:5,4g - Azúcares:20,0g - Sal:1,8g



28

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL
646,0Kcal - Prot:24,1g - Lip:23,1g - HC:77,8g AGS:3,8g - Azúcares:18,5g - Sal:3,4g



29

ESPAGUETIS EN SALSA CARBONARA
BOCADITOS DE BACALAO REBOZADO
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