

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

01
ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN
SALCHICHAS DE AVE AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ATÚN
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
612,4Kcal - Prot:27,8g - Lip:21,1g - HC:75,2g
AGS:4,3g - Azúcares:19,0g - Sal:3,6g

02
CREMA PARMENTIER
REVUELTO DE CHAMPIÑONES
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
715,8Kcal - Prot:27,4g - Lip:30,7g - HC:78,3g
AGS:8,8g - Azúcares:28,0g - Sal:2,0g

03
ALUBIAS ESTOFADAS CON PATATAS
PALOMETA AL HORNO / PLANCHA
ZANAHORIA SALTEADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
509,6Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:62,1g
AGS:2,7g - Azúcares:21,9g - Sal:1,7g

04
ARROZ A LA MILANESA
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAIZ
NATILLAS
PAN BLANCO
749,4Kcal - Prot:35,9g - Lip:28,9g - HC:84,7g
AGS:9,3g - Azúcares:19,0g - Sal:1,9g

05
GARBANZOS CON ESPINACAS
CAELLA EN ADOBO DE LIMÓN FRITO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
550,2Kcal - Prot:28,8g - Lip:17,3g - HC:63,8g
AGS:2,1g - Azúcares:18,5g - Sal:1,7g

08
SOPA DE PESCADO CON ARROZ
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
581,2Kcal - Prot:19,9g - Lip:21,4g - HC:72,2g
AGS:3,5g - Azúcares:18,9g - Sal:3,8g

09
COCIDO ANDALUZ COMPLETO
ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN)
HELADO
PAN BLANCO
697,1Kcal - Prot:37,3g - Lip:29,7g - HC:65,9g
AGS:9,7g - Azúcares:22,3g - Sal:1,5g

10
MACARRONES CON TOMATE
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA CON
ZANAHORIA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
675,6Kcal - Prot:20,7g - Lip:26,4g - HC:84,6g
AGS:9,2g - Azúcares:22,6g - Sal:2,2g

11
JORNADA GASTRONOMICA TEMATICA
"EL CIRCO"
PAELLA DE VERDURITAS
NUGGETS DE POLLO
PATATAS CHIPS Y PALOMITAS
NATILLAS DE VAINILLA O DE CHOCOLATE
PAN BLANCO
894,0Kcal - Prot:21,6g - Lip:34,2g - HC:122,7g
AGS:10,2g - Azúcares:22,2g - Sal:2,7g

12
PURÉ DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS FRITAS
YOGUR
PAN BLANCO
593,1Kcal - Prot:27,1g - Lip:21,6g - HC:68,9g
AGS:5,9g - Azúcares:29,0g - Sal:2,0g

15
VACACIONES DE SEMANA SANTA

16
VACACIONES DE SEMANA SANTA

17
VACACIONES DE SEMANA SANTA

18
VACACIONES DE SEMANA SANTA

19
VACACIONES DE SEMANA SANTA

22
LENTEJAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
TOMATE ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
583,6Kcal - Prot:20,3g - Lip:20,1g - HC:73,0g
AGS:3,4g - Azúcares:20,6g - Sal:3,3g

23
PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA /HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
REMOLACHA
YOGUR
PAN BLANCO
604,8Kcal - Prot:27,6g - Lip:16,4g - HC:84,5g
AGS:4,5g - Azúcares:25,3g - Sal:1,9g

24
SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO,
HUEVO COCIDO Y YORK
RAGOUT DE CERDO
CHAMPIÑONES SALTEADOS (AJO Y PEREJIL)
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
594,7Kcal - Prot:37,8g - Lip:20,3g - HC:60,7g
AGS:5,3g - Azúcares:20,7g - Sal:1,8g

25
CREMA DE CALABACÍN
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE AL HORNO
PATATAS FRITAS
HELADO
PAN BLANCO
632,1Kcal - Prot:23,2g - Lip:30,1g - HC:64,6g
AGS:11,3g - Azúcares:23,0g - Sal:3,6g

26
ESPAGUETIS CARBONARA
BOQUERONES FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y
MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
789,9Kcal - Prot:27,5g - Lip:37,8g - HC:82,0g
AGS:10,4g - Azúcares:22,8g - Sal:3,4g

29
ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN BLANCO
544,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:17,5g - HC:79,7g
AGS:3,5g - Azúcares:17,3g - Sal:1,9g

30
ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
LIMANDA EN SALSA VERDE
JUDIAS VERDES SALTEADAS
HELADO
PAN BLANCO
731,3Kcal - Prot:34,3g - Lip:33,1g - HC:66,3g
AGS:12,5g - Azúcares:24,7g - Sal:2,3g

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