serunion educa

MENÚ OCTUBRE 2019

: DIETA SIN HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	01 CREMA DE ARROZ Y MERLUZA PECHUGA DE PAVO AL HORNO/PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA FRESCA PAN	**02** COCIDO ANDALUZ COMPLETO FOGONERO AL HORNO/PLANCHA TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO FRUTA FRESCA PAN	**03** PURÉ DE VERDURAS LOMO ASADO A LA ESPAÑOLA PATATAS FRITAS YOGUR PAN	**04** ARROZ CON SALSA DE TOMATE MERLUZA AL HORNO/PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ FRUTA FRESCA PAN
07 SOPA CASERA DE AVE CON FIDEOS CINTA DE LOMO AL HORNO/ PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA FRESCA PAN	**08** PAELLA MIXTA DE MAGRO Y POLLO POLLO AL HORNO/PLANCHA PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ) YOGUR PAN	**09** LENTEJAS CON PATATAS MERLUZA AL HORNO/PLANCHA CALABACÍN AL HORNO/PLANCHA FRUTA FRESCA PAN	**10** CREMA DE VERDURAS PAVO AL HORNO CON TOMATE Y CEBOLLA ARROZ SALTEADO CON AJO Y CEBOLLA FRUTA FRESCA PAN	**11** ESPIRALES CON SALSA DE TOMATE Y CHAMPIÑONES BACALAO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA FRESCA PAN
14 ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE POLLO AL HORNO/PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ATÚN FRUTA FRESCA PAN	**17** CREMA PARMENTIER CINTA DE LOMO HORNO/PLANCHA MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN YOGUR PAN	**18** ALUBIAS ESTODADAS CON PATATAS PALOMETA AL HORNO/PLANCHA ZANAHORIA SALTEADA FRUTA FRESCA PAN	**19** ARROZ CON PREPARADO DE VERDURAS FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA PATATA PANADERA AL HORNO FRUTA FRESCA PAN	**20** GARBANZOS CON ESPINACAS CAELLA EN ADOBO DE LIMÓN FRITO TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO FRUTA FRESCA PAN
21 PAELLA DE VERDURITAS JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA FRUTA FRESCA PAN	**22** COCIDO ANDALUZ COMPLETO ABADEJO A LA ANDALUZA ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y ATÚN)FRUTA FRESCA PAN	**23** CREMA DE ARROZ Y MERLUZA MAGRA AL HORNO/PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA FRUTA FRESCA PAN	**24** MACARRONES CON TOMATE PAVO AL HORNO/PLANCHA MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA CON AJO Y PIMENTÓN YOGUR PAN	**25** PURÉ DE VERDURAS BACALAO EN SALSA DE TOMATE PATATAS FRITAS FRUTA FRESCA PAN
28 CREMA DE HORTALIZAS PAVO AL HORNO/PLANCHA PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ) FRUTA FRESCA PAN	**29** ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO SALMÓN AL HORNO / PLANCHA ZANAHORIA BABY AL VAPOR FRUTA FRESCA PAN	**30** CODITOS CON ATÚN PECHUGA DE POLLO AL HORNO/PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y MAÍZ FRUTA FRESCA PAN	**31** SOPA DE AVE CON FIDEOS MERLUZA AL HORNO/PLANCHA PISTO DE VERDURAS CON PATATAS YOGUR PAN	Atendiendo al Rgto. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias