

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

01

02

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

05

06

07

08

09

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

12

13

14

15

16

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO CON PATATAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
563,6Kcal - Prot:34,6g - Lip:16,1g - HC:65,1g AGS:4,2g - Azúcares:18,7g - Sal:1,4g

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
(ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
HUEVOS REVUELTOS CON SALCHICHAS FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
654,2Kcal - Prot:22,6g - Lip:32,0g - HC:67,1g AGS:8,0g - Azúcares:8,8g - Sal:2,7g

COCIDO ANDALUZ
(GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
MERLUZA A LA BILBAÍNA
(MERLUZA, LIMON, PEREJIL, AJO, VINAGRE Y PIMENTÓN)
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA RALLADA
FRUTA FRESCA Y PAN BLANCO
533,1Kcal - Prot:29,1g - Lip:17,5g - HC:59,0g AGS:3,0g - Azúcares:18,3g - Sal:1,4g

CREMA DE CALABACÍN
(CALABACIN, PATATA, CEBOLLA)
JAMONCITOS DE POLLO HORNEADOS CON SALSA AL CURRY
COUSCOUS
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
678,6Kcal - Prot:37,4g - Lip:29,0g - HC:64,7g AGS:9,0g - Azúcares:23,8g - Sal:1,7g

ESPIRALES AL PESTO CON AJO Y ALBAHACA
FLAMENQUINES DE YORK Y QUESO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
705,7Kcal - Prot:20,5g - Lip:28,6g - HC:87,2g AGS:4,5g - Azúcares:20,1g - Sal:1,3g

19

20

21

22

23

CREMA DE ZANAHORIA
(ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA)
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO / PLANCHA
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
585,0Kcal - Prot:23,9g - Lip:22,3g - HC:65,2g AGS:5,4g - Azúcares:23,5g - Sal:1,6g

PAELLA MIXTA CON GUI SANTES, POLLO, CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS
JUREL EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
633,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:19,5g - HC:80,9g AGS:5,6g - Azúcares:24,1g - Sal:2,1g

DÚO DE ALUBIAS CON SOFRITO VEGETAL DE COMINO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
574,1Kcal - Prot:18,6g - Lip:20,0g - HC:70,2g AGS:3,4g - Azúcares:19,0g - Sal:3,4g

SOPA DE AVE CON VERDURAS Y ESTRELLITAS
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS
PURÉ DE PATATAS
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
540,5Kcal - Prot:29,9g - Lip:15,0g - HC:66,1g AGS:4,0g - Azúcares:20,1g - Sal:1,6g

LENTEJAS CON CHORIZO
(LENTEJAS, PATATA, CHORIZO, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO Y VERDE)
BACALAO REBOZADO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA RALLADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
730,7Kcal - Prot:27,7g - Lip:34,6g - HC:72,3g AGS:7,9g - Azúcares:17,0g - Sal:1,6g

26

27

28

29

30

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE QUESO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
654,4Kcal - Prot:27,5g - Lip:27,3g - HC:71,3g AGS:8,1g - Azúcares:18,5g - Sal:2,3g

GRATÉN DE PATATA CON SALSA BECHAMEL Y BACÓN
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUI SANTES
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
516,8Kcal - Prot:26,8g - Lip:18,8g - HC:55,6g AGS:6,4g - Azúcares:18,3g - Sal:2,2g

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
(PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACIN, CALABAZA, JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)
ALBÓNDIGAS MIXTAS A LA ESPAÑOLA
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
752,4Kcal - Prot:24,7g - Lip:38,5g - HC:72,6g AGS:1,9g - Azúcares:21,4g - Sal:2,0g

LENTEJAS CON ZANAHORIA
(LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
754,2Kcal - Prot:34,6g - Lip:23,5g - HC:95,5g AGS:7,2g - Azúcares:26,0g - Sal:3,4g

ARROZ CON VERDURAS
(ARROZ, CALABACIN, CEBOLLA, GUI SANTES, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)
PECHUGA DE POLLO AL AJILLO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
610,5Kcal - Prot:26,6g - Lip:19,8g - HC:78,3g AGS:4,1g - Azúcares:18,3g - Sal:1,6g