

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

11

MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE TOMATE  
(MACARRONES, CALABAZA, TOMATE, CALABAZA Y  
CEBOLLA)  
TORTILLA FRANCESA HORNEADA  
VERDURAS SALTEADAS (PATATAS, JUDÍAS VERDES Y  
ZANAHORIA)  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 512,91 Lip. 18,26 Prot. 20,85 HC 64,42

18

SOPA DE AVE CON ARROZ (ARROZ, PUERRO Y POLLO)  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO AL HORNO  
PATATA PANADERA HORNEADA (PATATA, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 428,13 Lip. 16,97 Prot. 16,52 HC 51,66

25

ARROZ COCIDO A LA CAMPESINA (GUISANTES,  
CALABAZA, PIMIENTO ROJO, TOMATE CHAMPIÑÓN)  
TORTILLA FRANCESA HORNEADA  
CON ZANAHORIA RODAJA SALTEADA  
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO  
PAN BLANCO  
Kcal 494,91 Lip. 16,99 Prot. 16,77 HC 67,24

12

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE,  
LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ATÚN)  
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON VERDURAS  
(ALUBIAS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO,  
TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 443,76 Lip. 21,26 Prot. 14,93 HC 47,48

19

ENSALADA VARIADA CON QUESO (TOMATE,  
LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)  
LENTEJAS GUIADAS A LA JARDINERA (LENTEJAS,  
PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO,  
TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 400,54 Lip. 16,33 Prot. 14,11 HC 48,73

26

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES  
(TOMATE, PIMIENTO VERDE Y AJO)  
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO  
GUIADAS CON SALSA DE VERDURITAS (PATATA,  
ZANAHORIA, JUDÍA VERDE Y GUISANTES)  
CON ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 403,58 Lip. 17,48 Prot. 13,85 HC 45,02

13

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE,  
PIMIENTO VERDE Y AJO)  
HAMBURGUESA MIXTA DE POLLO Y CERDO AL  
HORNO  
PISTO (CALABACÍN, BERENJENA, TOMATE, CEBOLLA  
Y PIMIENTO ROJO)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 420,99 Lip. 19,39 Prot. 13,90 HC 44,82

20

ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA  
(ESPAGUETIS, TOMATE Y CEBOLLA)  
FILETE DE MERLUZA HORNEADA EN SALSA VERDE  
(CEBOLLA Y PEREJIL)  
CON GUISANTES SALTEADOS (GUISANTES, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 500,27 Lip. 17,72 Prot. 19,36 HC 64,14

27

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS  
(LENTEJAS, PATATAS, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FILETE DE CABALLA AL HORNO  
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA (PATATA,  
ZANAHORIA, JUDÍAS VERDES Y GUISANTE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 491,08 Lip. 23,08 Prot. 24,58 HC 65,04

14

LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO,  
ZANAHORIA, TOMATE)  
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
Kcal 452,38 Lip. 15,42 Prot. 19,16 HC 57,06

21

GUISO DE GARBANZOS CON ARROZ (GARBANZOS,  
ARROZ, PATATA, PIMIENTO VERDE, PATATA,  
CEBOLLA Y TOMATE)  
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA HORNEADA  
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL  
LOMBARDA)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
Kcal 480,21 Lip. 16,91 Prot. 17,34 HC 62,56

28

CODITOS CON ZANAHORIA, CEBOLLA Y SALSA DE  
TOMATE  
(CODITOS, ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE)  
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CHAMPIÑÓN  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAIZ)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
Kcal 471,64 Lip. 11,16 Prot. 17,30 HC 72,43

15

PAELLA CON VERDURAS Y POLLO (ARROZ,  
ZANAHORIA, CALABACÍN, PIMIENTO ROJO,  
TOMATE Y POLLO)  
FILETE DE ABADJO AL HORNO  
CON SALSA DE CALABACÍN, TOMATE Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 529,57 Lip. 15,89 Prot. 20,43 HC 75,43

22

SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES  
(TOMATE, PAN Y AJO)  
PALOMETA GUIADA EN SALSA DE TOMATE Y  
CEBOLLA  
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL  
BLANCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 501,00 Lip. 20,07 Prot. 20,96 HC 52,31

29

ENSALADA VARIADA CON ATÚN  
(TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y  
ATÚN)  
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (ALUBIAS,  
PATATA, ZANAHORIA, TOMATE Y PIMIENTO  
ROJO)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 498,06 Lip. 21,36 Prot. 17,16 HC 58,26