

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

SEMANA BLANCA
NO LECTIVO

04

ENSALADA VARIADA CON QUESO FRESCO (TOMATE, LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)
LENTEJAS GUIADAS A LA JARDINERA (LENTEJAS, PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)
PAN BLANCO
Kcal 453,33 Lip. 16,71 Prot. 16,78 HC 58,26

05

SOPA DE AVE CON ARROZ (ARROZ, PUERRO Y POLLO)
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO AL HORNO
PATATA PANADERA HORNEADA (PATATA, CEBOLLA)
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 437,34 Lip. 19,81 Prot. 17,43 HC 47,01

06

ESPAGUETIS CON SALSAS 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 (PERA)
PAN BLANCO
Kcal 500,27 Lip. 17,72 Prot. 19,36 HC 64,14

07

GUIJO DE GARBANZOS CON ARROZ (GARBANZOS, ARROZ, PIMIENTO VERDE, PATATA, CEBOLLA Y TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA HORNEADA
ENSALADA DE PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL BLANCA
FRUTA FRESCA (MANDARINA)
PAN INTEGRAL
Kcal 480,21 Lip 16,91 Prot. 17,34 HC 62,56

08

CREMA DE CALABACÍN (CALABACÍN Y PATATA)
FILETE DE CABALLA AL HORNO
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)
FRUTA FRESCA (MANZANA)
PAN BLANCO
Kcal 459,18 Lip. 23,11 Prot. 21,07 HC 41,52

11

CODITOS CON ZANAHORIA, CEBOLLA Y SALSA DE TOMATE
(CODITOS, ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE)
TORTILLA FRANCESA HORNEADA
CON ZANAHORIA RODAJA SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 460,30 Lip.13,25 Prot.19,54 HC 63,70

12

ARROZ COCIDO A LA CAMPESINA (ARROZ, CALABAZA, PIMIENTO ROJO, CHAMPIÑONES, GUISANTES Y TOMATE)
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 (NARANJA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 496,01 Lip.16,21 Prot.14,77 HC 70,32

13

CREMA DE CALABAZA (CALABAZA Y PATATA)
FILETE DE GALLO SAN PEDRO GUIADO EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA (PATATA, ZANAHORIA, JUDÍAS VERDES Y GUISANTE)
FRUTA FRESCA (PERA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 450,92 Lip. 16,07 Prot. 20,03 HC 54,32

14

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS (LENTEJAS, PATATAS, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CHAMPIÑÓN
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAIZ)
FRUTA FRESCA (MANZANA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 415,57 Lip. 15,77 Prot. 18,23 HC 48,11

15

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

18

MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA (MACARRONES, TOMATE Y CEBOLLA)
FILETE DE JUREL AL HORNO AL AJO -ARRIERO
CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS (JUDÍAS VERDES, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA (MANZANA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 499,24 Lip.14,58 Prot.20,77 HC 65,15

19

GARBANZOS COCIDOS CON ESPINACAS (GARBANZOS, PATATAS, CEBOLLA, ESPINACAS, TOMATE)
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN HORNEADA
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y CEBOLLA)
ZUMO DE NARANJA 100% ECOLÓGICO
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 442,62 Lip. 20,58 Prot. 16,46 HC 46,66

20

ENSALADA VARIADA CON QUESO (TOMATE, LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)
GUIJO DE ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, GUISANTES, JUDÍAS VERDES Y TOMATE)
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 486,59 Lip.13,67 Prot.10,15 HC 79,63

21

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y TOMATE)
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON SALSA DE AJO Y PEREJIL
CON PATATA DADO AL HORNO (PATATA, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA (MANDARINA)
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO
Kcal 441,33 Lip.16,19 Prot.24,56 HC 47,36

22

CREMA DE PATATA Y VERDURAS (PATATA, ESPINACAS, ZANAHORIA Y CALABACÍN)
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA
CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA (PERA)
PAN BLANCO ECOLÓGICO
Kcal 406,51 Lip.17,81 Prot.17,65 HC 43,63

25

VACACIONES
SEMANA SANTA

26

VACACIONES
SEMANA SANTA

27

VACACIONES
SEMANA SANTA

28

FESTIVO
JUEVES SANTO

29

FESTIVO
VIERNES SANTO