

**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

**FESTIVO  
DÍA DEL TRABAJO**

**DÍA DEL CELÍACO** 

**06**  
SOPA DE POLLO CON ARROZ (ARROZ, ZANAHORIA, PUERRO Y POLLO)  
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA  
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL BLANCA)  
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 431,72 Lip. 12,68 Prot. 14,18 HC 63,58

**07**  
SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PAN Y AJO)  
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO  
GUISADAS EN SALSA ESPAÑOLA (CEBOLLA, PIMIENTO VERDE, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, PATATA Y SALSA DE TOMATE)  
PATATAS PANADERA HORNEADA (PATATA, CEBOLLA)  
YOGUR Y PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 508,43 Lip. 25,20 Prot. 18,27 HC 49,08

**08**  
GUISO DE ALUBIAS BLANCAS CASERAS CON ARROZ (ALUBIAS, ARROZ, PATATA, TOMATE Y ZANAHORIA)  
TORTILLA FRANCESA HORNEADA  
ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)  
FRUTA FRESCA (PERA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 444,64 Lip. 13,72 Prot. 18,41 HC 59,87

**09**  
ESPIRALES CON CALABACÍN EN SALSA DE TOMATE (ESPIRALES, TOMATE, CALABACIN Y CEBOLLA)  
FILETE DE ABADJO AL HORNO CON SALSA DE VERDURAS (CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y GUI SANTES)  
ZANAHORIA BABY SALTEADA  
FRUTA FRESCA (MANZANA)  
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO  
Kcal 502,02 Lip. 15,02 Prot. 22,91 HC 67,32

**10**  
ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ATÚN)  
ESTOFADO DE LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE)  
FRUTA FRESCA (MANDARINA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 462,26 Lip. 20,22 Prot. 16,83 HC 52,42

**13**  
CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA (CODITOS, TOMATE Y CEBOLLA)  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE LIMÓN  
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA  
FRUTA FRESCA (MANZANA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 484,25 Lip. 16,32 Prot. 18,20 HC 64,71

**14**  
ENSALADA MIXTA (TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNAS)  
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO Y TOMATE)  
FRUTA FRESCA (NARANJA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 420,38 Lip. 16,61 Prot. 12,24 HC 54,64

**15**  
LENTEJAS GUIADAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA, PIMIENTO ROJO, CEBOLLA Y TOMATE)  
TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS HORNEADA  
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)  
ZUMO DE NARANJA 100% ECOLÓGICO  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 478,36 Lip. 15,61 Prot. 18,66 HC 63,94

**16**  
PAELLA DE PESCADO (ARROZ, RAPE, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA Y TOMATE)  
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS (TOMATE, PIMIENTO ROJO, PATATA, ZANAHORIA, JUDIA VERDE Y GUI SANTES)  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)  
FRUTA FRESCA (PERA)  
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO / PAN SIN GLUTEN  
Kcal 502,57 Lip. 16,51 Prot. 17,56 HC 69,19

**17**  
GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PIMIENTO VERDE Y AJO)  
ATÚN GUIADO EN SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)  
FRUTA FRESCA (MANDARINA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 465,59 Lip. 19,44 Prot. 21,66 HC 45,48

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

**21**  
ENSALADA VARIADA CON ATÚN (TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA, MAIZ Y ATÚN)  
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON VERDURAS (ALUBIAS, PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 474,96 Lip. 21,50 Prot. 15,65 HC 53,88

**22**  
SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PAN Y AJO)  
HAMBURGUESA MIXTA DE POLLO Y CERDO AL HORNO  
CON PISTO (CALABACÍN, BERENJENA, TOMATE, CEBOLLA Y PIMIENTO ROJO)  
FRUTA FRESCA (NARANJA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 450,99 Lip. 22,79 Prot. 14,04 HC 44,02

**23**  
LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO, ZANAHORIA, TOMATE)  
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA (PERA)  
PAN INTEGRAL ECOLÓGICO  
Kcal 449,48 Lip. 15,34 Prot. 19,19 HC 56,47

**24**  
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  
CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA  
FRUTA FRESCA (MANZANA)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
Kcal 501,27 Lip. 15,74 Prot. 19,68 HC 69,62

**27**  
SOPA DE AVE CON ARROZ (ARROZ, PUERRO Y POLLO)  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO AL HORNO  
PATATA PANADERA HORNEADA (PATATA, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA (PLÁTANO)  
PAN BLANCO  
Kcal 453,33 Lip. 16,71 Prot. 16,78 HC 58,26

**28**  
ENSALADA VARIADA CON QUESO FRESCO (TOMATE, LECHUGA, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)  
LENTEJAS GUIADAS A LA JARDINERA (LENTEJAS, PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 437,34 Lip. 19,81 Prot. 17,43 HC 47,01

**29**  
ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA (ESPAGUETIS, TOMATE Y CEBOLLA)  
FILETE DE MERLUZA HORNEADA EN SALSA VERDE (CEBOLLA Y PEREJIL)  
CON GUI SANTES SALTEADOS (GUI SANTES, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA (PERA)  
PAN BLANCO  
Kcal 500,27 Lip. 17,72 Prot. 19,36 HC 64,14

**30**  
GUISO 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 480,56 Lip. 16,94 Prot. 17,73 HC 62,19

**31**  
GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PIMIENTO VERDE Y AJO)  
FILETE DE CABALLA AL HORNO  
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)  
FRUTA FRESCA (MANZANA)  
PAN BLANCO  
Kcal 469,17 Lip. 23,58 Prot. 19,31 HC 43,78