

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, JUDIAS VERDES Y  
ZANAHORIA)  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 578.50 Lip. 19.06 Prot. 22.97 HC 76.63

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 574.04 Lip. 24.69 Prot. 23.92 HC 63.33

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 565.47 Lip. 17.96 Prot. 18.36 HC 80.90

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 699.30 Lip. 31.84 Prot. 23.52 HC 78.51

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 640.17 Lip. 22.65 Prot. 24.02 HC 83.89

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 520.71 Lip. 21.85 Prot. 19.51 HC 57.81

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 529.27 Lip. 23.67 Prot. 19.24 HC 56.07

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 647.69 Lip. 22.42 Prot. 25.01 HC 84.05

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 780.47 Lip. 34.43 Prot. 39.75 HC 75.43

14

LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO,  
ZANAHORIA, TOMATE)  
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
Kcal 684.65 Lip. 21.04 Prot. 29.09 HC 91.64

21

GUIZO 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 718.59 Lip. 20.93 Prot. 25.40 HC 104.29

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 572.21 Lip. 11.48 Prot. 19.73 HC 93.79

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 714.56 Lip. 20.15 Prot. 28.63 HC 103.62

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 644.86 Lip. 22.94 Prot. 28.20 HC 72.21

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 808.89 Lip. 32.03 Prot. 27.94 HC 100.37