

**02**  
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  
PAN BLANCO  
Kcal 652,01 Lip.17,93 Prot.27,43 HC 86,86

**09**  
SOPA DE POLLO CON ARROZ (ARROZ, POLLO Y ZANAHORIA)  
REVUELTO DE PATATAS, HUEVO Y CEBOLLA  
ENSALADA (PEPINO, PIMIENTO ROJO Y COL BLANCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 481,89 Lip.13,04 Prot.14,95 HC 74,46

**16**  
CODITOS EN SALSA DE TOMATE (CODITOS, TOMATE)  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN  
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 629,95 Lip. 20,33 Prot. 23,88 HC 86,01

**23**  
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

**30**  
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

**03**  
GARBANZOS COCIDOS CON ESPINACAS (GARBANZOS, PATATA, CEBOLLA, ESPINACAS Y TOMATE)  
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN  
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 649,20 Lip. 28,03 Prot. 23,83 HC 73,73

**10**  
GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO EN SALSA ESPAÑOLA  
PATATAS PANADERA (PATATA, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 586,03 Lip. 24,53 Prot. 20,87 HC 66,88

**17**  
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS)  
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 663,34 Lip. 23,57 Prot. 20,75 HC 90,58

**24**  
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

**31**  
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

**04**  
ENSALADA VARIADA CON QUESO (LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)  
GUIZO DE ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, JUDÍAS VERDES,  
GUISANTES, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 545,48 Lip.14,22 Prot.12,03 HC 91,05

**11**  
GUIZO DE ALUBIAS BLANCAS CASERAS CON ARROZ (ALUBIAS, ARROZ, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 738,31 Lip. 18,59 Prot. 29,13 HC 110,45

**18**  
PAELLA DE PESCADO (ARROZ, RAPE, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA, TOMATE)  
TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS  
ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA FRESCA Y COL LOMBARDA)  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 595,62 Lip. 19,30 Prot. 19,67 HC 84,08

**25**  
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

**05**  
LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (LENTEJAS, ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL  
CON PATATA DADO AL HORNO  
ZUMO DE NARANJA ECOLÓGICO  
PAN INTEGRAL  
Kcal 692,98 Lip.25,69 Prot.38,26 HC 74,12

**12**  
**FESTIVO NACIONAL**

**19**  
SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES (TOMATE, PAN Y AJO)  
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
Kcal 596,19 Lip. 29,03 Prot. 23,45 HC 57,46

**26**  
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

**06**  
SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES  
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO  
CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRESCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 627,03 Lip.27,69 Prot.23,19HC 69,24

**13**  
ENSALADA VARIADA CON ATÚN (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ATÚN)  
ESTOFADO DE LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 717,15 Lip. 29,76 Prot. 27,27 HC 88,69

**20**  
LENTEJAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
ATÚN EN SALSA DE TOMATE  
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 759,76 Lip. 23,05 Prot. 38,81 HC 92,76

**27**  
PAELLA CON VERDURAS Y POLLO (ARROZ, ZANAHORIA, CALABACÍN, PIMIENTO ROJO, TOMATE Y POLLO)  
FILETE DE ABADENO 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

Atendiendo al Rgto. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias