

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

03

**VACACIONES
SEMANA SANTA**

04

**VACACIONES
SEMANA SANTA**

05

**VACACIONES
SEMANA SANTA**

06

**VACACIONES
SEMANA SANTA**

07

**VACACIONES
SEMANA SANTA**

10

ARROZ A LA CAMPESINA (GUISANTES, CALABAZA,
PIMIENTO ROJO, TOMATE CHAMPIÑÓN)
TORTILLA FRANCESA
CON ZANAHORIA RODAJA SALTEADA
YOGUR
PAN BLANCO
Kcal 565,47 Lip. 17,96 Prot. 18,36 HC 80,90

11

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO CON
SALSA DE VERDURITAS
CON ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 516,51 Lip. 22,06 Prot. 19,44 HC 56,21

12

LENTEJAS GUIADAS CON PATATAS
(PATATAS, PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FILETE DE CABALLA AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA (ZANAHORIA,
JUDÍA VERDE, GUISANTE, PATATA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 780,47 Lip. 34,43 Prot. 39,75 HC 75,43

13

CODITOS CON ZANAHORIA Y SALSA DE TOMATE
(CODITOS, ZANAHORIA, 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

14

ENSALADA VARIADA CON ATÚN
(LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y
ATÚN)
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON
VERDURAS (ALUBIAS, PATATA, ZANAHORIA,
PIMIENTO ROJO, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 756,38 Lip. 31,98 Prot. 26,70 HC 88,82

17

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 658,07 Lip. 18,09 Prot. 28,06 HC 87,02

18

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 649,09 Lip. 24,82 Prot. 25,38 HC 79,15

19

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

20

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 729,64 Lip. 26,74 Prot. 40,08 HC 79,03

21

SALMOREJO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO
CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y
ZANAHORIA FRESCA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 622,83 Lip. 27,40 Prot. 23,12 HC 67,64

24

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

25

GAZPACHO ECOLÓGICO CON PICATOSTES
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO EN
SALSA ESPAÑOLA
PATATAS PANADERA (PATATA, CEBOLLA)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 533,08 Lip. 21,24 Prot. 20,88 HC 61,88

26

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

27

ESPIRALES CON CALABACÍN EN SALSA DE TOMATE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON VERDURAS
ZANAHORIA BABY SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
Kcal 717,01 Lip. 19,20 Prot. 32,59 HC 101,29

28

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (LECHUGA,
TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ATÚN)
ESTOFADO DE LENDEJAS CON ZANAHORIA
(LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
Kcal 737,30 Lip. 29,76 Prot. 27,27 HC 88,89