

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

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

NO LECTIVO

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE
MEDALLÓN DE SALMÓN EN SALSAS DE NARANJA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

606,9Kcal - Prot:21,6g - Lip:15,3g - HC:91,5g AGS:1,9g - Azúcares:21,2g - Sal:2,9g

CREMA DE COLIFLOR
ALBÓNDIGAS A LA ESPAÑOLA
PATATAS DADO FRITAS
PAN INTEGRAL
POSTRE LACTEO

718,6Kcal - Prot:23,7g - Lip:32,8g - HC:77,8g AGS:12,1g - Azúcares:22,4g - Sal:2,4g

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

699,9Kcal - Prot:19,9g - Lip:30,8g - HC:76,0g AGS:7,1g - Azúcares:19,1g - Sal:1,6g

13

SOPA DE FIDEOS
ESCALOPE DE CERDO
TOMATE ALIÑADO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

477,2Kcal - Prot:24,2g - Lip:15,1g - HC:58,4g AGS:1,3g - Azúcares:16,9g - Sal:1,4g

14

ESPAGUETIS AGLIO-OLIO
POLLO EN SALSAS CON CHAMPIÑONES
PAN INTEGRAL
POSTRE LACTEO

680,5Kcal - Prot:34,5g - Lip:23,4g - HC:79,0g AGS:6,2g - Azúcares:26,9g - Sal:2,0g

15

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

588,0Kcal - Prot:20,8g - Lip:19,1g - HC:76,2g AGS:3,0g - Azúcares:18,3g - Sal:3,3g

16

CREMA DE CALABAZA
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

610,6Kcal - Prot:20,8g - Lip:18,5g - HC:84,6g AGS:4,4g - Azúcares:21,1g - Sal:3,3g

17

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA/ AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

531,5Kcal - Prot:24,1g - Lip:12,9g - HC:77,2g AGS:2,1g - Azúcares:15,9g - Sal:1,6g

20

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
CALAMAR RABAS REBOZADAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

543,0Kcal - Prot:19,4g - Lip:20,4g - HC:65,6g AGS:2,4g - Azúcares:17,5g - Sal:2,5g

21

MACARRONES BELLA AURORA
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

539,3Kcal - Prot:22,9g - Lip:18,5g - HC:71,4g AGS:4,1g - Azúcares:10,3g - Sal:1,6g

22

CREMA DE CALABACÍN
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
PATATAS FRITAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

665,3Kcal - Prot:18,7g - Lip:30,2g - HC:75,7g AGS:10,3g - Azúcares:20,0g - Sal:2,2g

23

PAELLA DE VERDURAS
POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN INTEGRAL
POSTRE LACTEO

565,9Kcal - Prot:27,2g - Lip:19,0g - HC:68,4g AGS:3,7g - Azúcares:10,0g - Sal:1,6g

24

COCIDO ANDALUZ
CABALLA EN SALSAS DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

688,9Kcal - Prot:37,1g - Lip:28,3g - HC:66,8g AGS:5,8g - Azúcares:25,1g - Sal:1,7g

27

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE
TORTILLA FRANCESA CON SALCHICHAS
FRANKFURT
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

664,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:27,2g - HC:84,3g AGS:5,6g - Azúcares:17,3g - Sal:2,4g

28

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
BACALAO REBOZADO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL
POSTRE LACTEO

763,9Kcal - Prot:26,7g - Lip:35,0g - HC:81,1g AGS:9,6g - Azúcares:29,3g - Sal:4,1g

29

SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA
LOMO ADOBADO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

403,8Kcal - Prot:22,4g - Lip:11,1g - HC:51,9g AGS:2,2g - Azúcares:9,5g - Sal:3,5g

30

CREMA DE ZANAHORIA CON ACEITE DE ALBAHACA
JAMONCITO DE POLLO EN SALSAS MOSTAZA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

666,8Kcal - Prot:32,8g - Lip:28,3g - HC:64,9g AGS:6,4g - Azúcares:27,5g - Sal:2,6g

31

CODITOS CON SALSAS DE TOMATE
MERLUZA AL HORNO CON SALSAS DE LIMON
ZANAHORIA SALTEADA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

607,7Kcal - Prot:36,2g - Lip:18,9g - HC:68,7g AGS:4,6g - Azúcares:19,1g - Sal:1,8g