

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**01**

**FESTIVO NACIONAL**

**07**

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  
445,2Kcal - Prot:14,2g - Lip:16,5g - HC:58,4g AGS:3,5g - Azúcares:13,3g - Sal:0,9g

**14**

CODITOS EN SALSA DE TOMATE ECOLÓGICO (CODITOS, TOMATE)  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN  
JUDIAS VERDES Y ZANAHORIA BABY SALTEADA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 509,9 - Prot:15,7g - Lip:17,5g - HC:68,7g AGS:2,7g - Azúcares:15,3g - Sal:0,9g

**21**

MACARRONES CON CALABAZA Y SALSA DE TOMATE ECOLOGICOS (MACARRONES, CALABAZA, TOMATE)  
TORTILLA FRANCESA  
VERDURAS SALTEADAS (ZANAHORIA, JUDÍA VERDE, PATATA)  
YOGUR  
PAN BLANCO  
Kcal 509,2 Prot 19,4 Lip 18,8 Hc 63,5 Ags 5,3 Azuc 10,2 Sal 1,2

**28**

SOPA DE AVE CON ARROZ  
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATA PANADERA (PATATA, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
495,9Kcal - Prot:17,6g - Lip:19,2g - HC:60,8g AGS:3,8g - Azúcares:11,5g - Sal:0,7g

**01**

**FESTIVO NACIONAL**

**08**

CREMA DE JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA ECOLÓGICOS (JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA, PATATA)  
ALBÓNDIGAS MIXTAS DE POLLO Y CERDO EN SALSA ESPAÑOLA  
PATATAS PANADERA (PATATA, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
522,5Kcal - Prot:15,5g - Lip:16,2g - HC:70,8g AGS:3,1g - Azúcares:19,1g - Sal:1,0g

**15**

ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS)  
GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (GARBANZOS, PATATA, PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 506,2 - Prot:14,6g - Lip:17,9g - HC:66,2g AGS:2,6g - Azúcares:19,3g - Sal:1,6g

**22**

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  
494,6Kcal - Prot:15,8g - Lip:18,0g - HC:61,9g AGS:2,7g - Azúcares:18,3g - Sal:1,0g

**29**

ENSALADA VARIADA CON QUESO (LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)  
LENTEJAS A LA JARDINERA (LENTEJAS, PATATA, CALABAZA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
470,1Kcal - Prot:14,3g - Lip:18,5g - HC:61,6g AGS:3,5g - Azúcares:16,3g - Sal:1,0g

**02**

ENSALADA VARIADA CON QUESO (LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y QUESO FRESCO)  
ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, JUDÍAS VERDES, GUISANTES, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
446,8Kcal - Prot:9,0g - Lip:15,3g - HC:65,9g AGS:3,0g - Azúcares:9,5g - Sal:1,0g

**09**

GUISO DE ALUBIAS BLANCAS CASERAS CON ARROZ (ALUBIAS, ARROZ, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
526,0Kcal - Prot:18,2g - Lip:17,5g - HC:68,9g AGS:3,5g - Azúcares:13,6g - Sal:0,9g

**16**

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 556,0 - Prot:19,3g - Lip:17,9g - HC:77,8g AGS:5,1g - Azúcares:9,6g - Sal:1,2g

**23**

CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (ZANAHORIA, PATATA)  
HAMBURGUESA MIXTA DE POLLO Y CERDO AL HORNO  
PISTO (HORTALIZAS CON TOMATE: BERENJENA, CALABACÍN, PIMIENTO ROJO Y VERDE, CEBOLLA Y TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
461,5Kcal - Prot:15,4g - Lip:12,7g - HC:65,1g AGS:2,4g - Azúcares:22,1g - Sal:1,0g

**30**

ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICOS (ESPAGUETIS, TOMATE)  
FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
CON GUISANTES SALTEADOS (GUISANTES, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
516,8Kcal - Prot:17,8g - Lip:15,5g - HC:69,7g AGS:2,6g - Azúcares:14,7g - Sal:1,0g

**03**

LENTEJAS CON VERDURAS (LENTEJAS, ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL  
CON PATATA DADO AL HORNO  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
494,1Kcal - Prot:20,8g - Lip:17,5g - HC:61,5g AGS:2,9g - Azúcares:12,2g - Sal:0,7g

**10**

ESPIRALES CON CALABACÍN EN SALSA DE TOMATE ECOLÓGICOS  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON VERDURAS  
ZANAHORIA BABY SALTEADA  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
522,8Kcal - Prot:21,7g - Lip:16,4g - HC:68,7g AGS:2,6g - Azúcares:17,4g - Sal:1,0g

**17**

CREMA PARMENTIER ECOLÓGICA (ZANAHORIA, PUERRO, PATATA)  
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
Kcal 459,5 - Prot:16,9g - Lip:18,1g - HC:55,1g AGS:3,2g - Azúcares:22,1g - Sal:0,9g

**24**

LENTEJAS ESTOFADAS (LENTEJAS, PATATA, PUERRO, ZANAHORIA, TOMATE)  
REVUELTO DE HUEVO, PATATAS Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA Y ZANAHORIA FRESCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL  
488,0Kcal - Prot:19,2g - Lip:18,5g - HC:61,6g AGS:3,8g - Azúcares:15,3g - Sal:1,0g

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

**04**

CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICA (CALABACÍN, ESPINACAS, ZANAHORIA, PATATA)  
CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRESCA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
462,4Kcal - Prot:17,4g - Lip:18,1g - HC:54,2g AGS:3,7g - Azúcares:18,9g - Sal:0,9g

**11**

ENSALADA VARIADA CON ATÚN (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ZANAHORIA Y ATÚN)  
ESTOFADO DE LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, PATATA, ZANAHORIA, TOMATE)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
481,3Kcal - Prot:17,2g - Lip:17,1g - HC:64,0g AGS:2,6g - Azúcares:17,3g - Sal:1,0g

**18**

LENTEJAS A LA HORTELANA (LENTEJAS, PATATA, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FILETE DE ATÚN EN SALSA DE TOMATE  
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
Kcal 515,4 - Prot:23,2g - Lip:18,5g - HC:67,8g AGS:2,9g - Azúcares:12,9g - Sal:1,3g

**25**

PAELLA CON VERDURAS Y POLLO (POLLO, ZANAHORIA, CALABACÍN, PIMIENTO ROJO, TOMATE)  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON CALABACÍN, TOMATE Y CEBOLLA  
ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO  
519,7Kcal - Prot:19,9g - Lip:17,0g - HC:70,1g AGS:2,8g - Azúcares:12,7g - Sal:1,6g

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