

**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

**01**  
COCIDO ANDALUZ COMPLETO  
ABADEJO A LA ANDALUZA  
ENSALADA MIXTA (LECHUGA, TOMATE Y ATÚN)  
HELADO  
PAN INTEGRAL  
605,4Kcal - Prot:34,8g - Lip:22,1g - HC:60,8g AGS:3,6g - Azúcares:18,8g - Sal:1,2g



**02**  
CREMA DE CALABACÍN Y QUESO  
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
FRUTA DE TEMPORADA (SANDIA O MELÓN)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
614,7Kcal - Prot:18,0g - Lip:29,6g - HC:65,0g AGS:10,9g - Azúcares:24,6g - Sal:3,8g



**03**  
MACARRONES ECOLÓGICOS CON TOMATE  
ALBÓNDIGAS EN SALSA DE ZANAHORIA  
GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA  
BATIDO DE FRUTA CON GALLETAS  
PAN INTEGRAL  
780,8Kcal - Prot:25,9g - Lip:29,0g - HC:97,7g AGS:10,5g - Azúcares:30,5g - Sal:2,3g



**04**  
LENTEJAS CON QUINOA ECOLÓGICA  
BACALAO EN SALSA DE TOMATE  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA (PLATANO DE CANARIAS)  
PAN BLANCO  
688,2Kcal - Prot:30,2g - Lip:18,3g - HC:93,6g AGS:3,5g - Azúcares:30,7g - Sal:1,7g



**07**

CREMA DE HORTALIZAS  
FILETE DE MERLUZA EMPANADA  
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)  
FRUTA FRESCA (MANZANA O PERA)  
PAN BLANCO  
694,9Kcal - Prot:24,9g - Lip:31,0g - HC:75,9g AGS:9,6g - Azúcares:24,1g - Sal:1,6g



**08**  
ENSALADA DE PASTA (PASTA, MAIZ, ZANAHORIA, JAMÓN YORK Y QUESO)  
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON LECHUGA  
YOGUR  
PAN INTEGRAL  
734,5Kcal - Prot:24,6g - Lip:34,6g - HC:85,1g AGS:14,1g - Azúcares:20,6g - Sal:1,5g



**09**  
ARROZ ECOLÓGICO A LA CAZUELA CON MAGRO  
PALOMETA EN SALSA DE PUERROS  
ZANAHORIA PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO  
FRUTA DE TEMPORADA (SANDIA O MELÓN)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
615,5Kcal - Prot:26,9g - Lip:16,7g - HC:85,3g AGS:3,4g - Azúcares:24,6g - Sal:1,8g



**10**  
SALMOREJO CON PICADILLO DE JAMÓN  
TORTILLA DE PATATAS  
ENSALADA MIXTA  
POSTRE CASERO (NATILLAS DE VAINILLA O CHOCOLATE)  
PAN INTEGRAL  
744,9Kcal - Prot:33,1g - Lip:41,0g - HC:58,6g AGS:11,6g - Azúcares:19,0g - Sal:3,0g



**11**  
PATATAS REVUELTAS MAGRA AL AJILLO  
PISTO  
FRUTA FRESCA (PLATANO DE CANARIAS)  
PAN BLANCO  
708,1Kcal - Prot:35,3g - Lip:20,1g - HC:87,2g AGS:4,3g - Azúcares:30,6g - Sal:1,6g



**14**

CREMA DE CALABACÍN  
ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA DE ALMENDRAS  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA (MANZANA O PERA)  
PAN BLANCO  
699,3Kcal - Prot:19,2g - Lip:36,3g - HC:68,5g AGS:10,9g - Azúcares:19,4g - Sal:2,1g



**15**  
ARROZ A LA CUBANA  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL  
CON LECHUGA  
YOGUR  
PAN INTEGRAL  
704,4Kcal - Prot:30,4g - Lip:21,4g - HC:94,0g AGS:4,7g - Azúcares:21,8g - Sal:2,1g



**16**  
SOPA DE AVE CON FIDEOS  
TACO DE VERDURAS CON TOMATE ESPECIAL (FAJITAS DE TRIGO, CEBOLLA, REPOLLO, ZANAHORIA, JUDIAS VERDES, TOMATE, CEBOLLA FRITA, KETCHUP Y MAHONESA)  
FRUTA DE TEMPORADA (SANDIA O MELÓN)  
PAN BLANCO ECOLÓGICO  
528,2Kcal - Prot:18,1g - Lip:15,1g - HC:76,1g AGS:4,0g - Azúcares:23,9g - Sal:2,0g



**17**  
LENTEJAS CON ARROZ ECOLÓGICO  
TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA  
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)  
HELADO  
PAN INTEGRAL  
727,4Kcal - Prot:26,5g - Lip:30,1g - HC:81,3g AGS:9,8g - Azúcares:23,4g - Sal:3,6g



**18**  
PASTA A LA CARBONARA  
FRITURA VARIADA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA FRESCA (PLATANO DE CANARIAS)  
PAN BLANCO  
863,3Kcal - Prot:28,6g - Lip:38,2g - HC:97,4g AGS:10,6g - Azúcares:34,5g - Sal:3,4g

**21**

PAELLA MIXTA DE MAGRO Y POLLO  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAÍZ  
FRUTA FRESCA (SANDIA O MELÓN)  
PAN BLANCO  
670,6Kcal - Prot:26,2g - Lip:20,6g - HC:95,8g AGS:4,2g - Azúcares:29,2g - Sal:2,0g



**22**  
**MENÚ ESPECIAL FIN CURSO**  
SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO  
COCIDO Y YORK  
PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO  
PATATAS CHIPS Y REFRESCOS  
HELADO Y PAN INTEGRAL  
885,7Kcal - Prot:34,4g - Lip:31,0g - HC:114,6g AGS:13,6g - Azúcares:23,3g - Sal:3,7g

