

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

04

05

06

07

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

10

11

12

13

14

CODITOS NAPOLITANA GRATINADOS  
SAN MARINO DE MERLUZA  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAIZ  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

688,4Kcal - Prot:34,5g - Lip:24,3g - HC:79,3g AGS:6,0g - Azúcares:21,9g - Sal:1,9g

SOPA DE AVE CON ARROZ ECOLÓGICO  
CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA  
PISTO DE VERDURAS CON PATATAS  
YOGUR  
PAN INTEGRAL

601,1Kcal - Prot:31,1g - Lip:24,7g - HC:61,3g AGS:6,6g - Azúcares:17,6g - Sal:1,9g



COCIDO ANDALUZ  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE ALIÑADO CON OREGANO  
FRUTA FRESCA  
PAN ECOLÓGICO

545,1Kcal - Prot:30,2g - Lip:17,6g - HC:60,6g AGS:3,0g - Azúcares:19,7g - Sal:1,4g



PURÉ DE VERDURAS  
CINTA DE LOMO A LA ESPAÑOLA  
PATATAS FRITAS  
NATILLAS DE VAINILLA CASERAS  
PAN INTEGRAL

656,9Kcal - Prot:32,2g - Lip:28,0g - HC:65,0g AGS:7,7g - Azúcares:19,7g - Sal:1,8g



ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ,  
TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)  
HUEVOS FRITOS CON FRANKFURT  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

700,9Kcal - Prot:21,8g - Lip:31,7g - HC:79,5g AGS:7,9g - Azúcares:18,9g - Sal:2,8g

17

18

19

20

21

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS ECOLÓGICOS, POLLO,  
HUEVO COCIDO Y YORK  
HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO/PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO

736,2Kcal - Prot:26,8g - Lip:36,9g - HC:77,9g AGS:13,8g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g



LENTEJAS CON CHORIZO  
TORTILLA FRANCESA  
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN,  
ACEITUNAS Y MAIZ)  
YOGUR  
PAN INTEGRAL

681,7Kcal - Prot:30,5g - Lip:25,0g - HC:85,3g AGS:5,9g - Azúcares:19,7g - Sal:2,0g



PAELLA MIXTA  
CAPRICHOS DE CALAMAR REBOZADOS  
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA  
FRUTA FRESCA  
PAN ECOLÓGICO

686,4Kcal - Prot:21,7g - Lip:35,0g - HC:65,6g AGS:7,6g - Azúcares:19,4g - Sal:3,1g



CREMA DE VERDURAS  
ESTOFADO DE POLLO  
ARROZ SALTEADO CON AJO Y CEBOLLA  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL

606,2Kcal - Prot:21,4g - Lip:22,0g - HC:76,1g AGS:5,4g - Azúcares:24,2g - Sal:3,9g



ESPIRALES A LA MILANESA  
SALMÓN AL HORNO CON ENELDO  
ENSALADA CÉSAR (LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA,  
POLLO, QUESO, PAN Y SALSAS CÉSAR)  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

723,7Kcal - Prot:32,7g - Lip:29,9g - HC:76,8g AGS:5,5g - Azúcares:20,6g - Sal:1,7g



24

25

26

27

28

ESPAGUETIS ECOLÓGICOS SALTEADOS CON JAMÓN  
FLAMENQUÍN DE POLLO  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ATÚN  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

685,3Kcal - Prot:22,4g - Lip:23,5g - HC:91,6g AGS:2,4g - Azúcares:23,1g - Sal:1,2g



CREMA PARMENTIER  
TORTILLA DE CALABACÍN  
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA CON AJO Y  
PIMENTÓN  
YOGUR  
PAN INTEGRAL

543,8Kcal - Prot:17,8g - Lip:20,2g - HC:66,9g AGS:4,1g - Azúcares:18,3g - Sal:1,3g



ALUBIAS ESTOFADAS CON PATATAS  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO/PLANCHA  
ZANAHORIA SALTEADA  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO ECOLÓGICO

497,5Kcal - Prot:25,3g - Lip:12,3g - HC:63,2g AGS:1,6g - Azúcares:22,9g - Sal:1,7g



ARROZ ECOLÓGICO A LA MILANESA CON QUESO  
FILETE DE JAMÓN A LA PLANCHA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y MAIZ  
YOGUR NATURAL CON TOPPING DE FRUTA  
PAN INTEGRAL

689,2Kcal - Prot:34,6g - Lip:25,1g - HC:77,4g AGS:7,4g - Azúcares:19,4g - Sal:1,8g



PATATAS A LA RIOJANA  
FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL  
TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

492,6Kcal - Prot:25,7g - Lip:13,7g - HC:60,4g AGS:1,7g - Azúcares:18,8g - Sal:1,6g



31

ARROZ CON TOMATE  
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY  
ENSALADA DE ZANAHORIA, REMOLACHA, MAÍZ Y  
PASAS  
FRUTA FRESCA DE TEMPORADA  
PAN BLANCO

748,2Kcal - Prot:34,1g - Lip:26,6g - HC:89,1g AGS:7,1g - Azúcares:24,8g - Sal:1,9g



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