

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

VACACIONES DE NAVIDAD

04

VACACIONES DE NAVIDAD

05

VACACIONES DE NAVIDAD

06

VACACIONES DE NAVIDAD

07

VACACIONES DE NAVIDAD

10

CREMA DE ZANAHORIA
(ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA)
CANELONES DE CARNE CON SALSAS BECHAMEL
GRATINADOS CON QUESO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
550,4Kcal - Prot:15,1g - Lip:20,9g - HC:70,1g AGS:6,4g - Azúcares:31,0g - Sal:2,9g

11

PAELLA MIXTA CON GUI SANTES, POLLO,
CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS
PALOMETA EN SALSAS DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA
YOGUR
PAN INTEGRAL
632,4Kcal - Prot:30,4g - Lip:19,4g - HC:80,9g AGS:5,6g - Azúcares:24,1g - Sal:2,1g

12

DÚO DE ALUBIAS CON SOFRITO VEGETAL DE
COMINO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
583,7Kcal - Prot:18,7g - Lip:20,0g - HC:72,2g AGS:3,4g - Azúcares:20,7g - Sal:3,4g

13

SOPA DE AVE CON VERDURAS Y ESTRELLITAS
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO
CON PATATAS
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
512,6Kcal - Prot:28,3g - Lip:12,3g - HC:66,4g AGS:3,2g - Azúcares:21,1g - Sal:1,3g

14

LENTEJAS CON CHORIZO
(LENTEJAS, PATATA, CHORIZO, TOMATE,
CEBOLLA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO Y
VERDE)
FOGONERO FRITO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
REMOLACHA RALLADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
650,8Kcal - Prot:29,5g - Lip:29,0g - HC:62,9g AGS:7,0g - Azúcares:19,4g - Sal:2,1g

17

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE QUESO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
664,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:27,3g - HC:73,3g AGS:8,1g - Azúcares:20,3g - Sal:2,3g

18

GRATÉN DE PATATA CON SALSAS BECHAMEL Y
BACÓN
MERLUZA EN SALSAS VERDE CON GUI SANTES
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
532,4Kcal - Prot:28,2g - Lip:19,0g - HC:57,7g AGS:6,4g - Azúcares:20,0g - Sal:2,2g

19

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
(PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACIN,
CALABAZA, JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA ESPAÑOLA
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
762,0Kcal - Prot:24,8g - Lip:38,5g - HC:74,6g AGS:1,9g - Azúcares:23,1g - Sal:2,0g

20

LENTEJAS CON ZANAHORIA
(LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA,
PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
YOGUR
PAN INTEGRAL
754,2Kcal - Prot:34,6g - Lip:23,5g - HC:95,5g AGS:7,2g - Azúcares:26,0g - Sal:3,4g

21

ARROZ CON VERDURAS
(ARROZ, CALABACIN, CEBOLLA, GUI SANTES,
TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)
PECHUGA DE POLLO AL AJILLO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
576,5Kcal - Prot:29,5g - Lip:13,8g - HC:80,4g AGS:2,5g - Azúcares:20,0g - Sal:1,6g

24

ESPAGUETIS EN SALSAS CARBONARA
(ESPAGUETIS, LECHE, BACÓN, NATA, HUEVO Y QUESO
RALLADO)
BOQUERONES FRITOS
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
YOGUR
PAN BLANCO
856,5Kcal - Prot:33,1g - Lip:41,7g - HC:85,5g AGS:12,9g - Azúcares:27,7g - Sal:3,6g

25

COCIDO ANDALUZ
(GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDÍA VERDE,
PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAIZ
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
620,8Kcal - Prot:22,9g - Lip:23,2g - HC:71,6g AGS:3,9g - Azúcares:20,4g - Sal:0,9g

26

CREMA PARMENTIER
(PATATA, PUERRO Y ZANAHORIA)
RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
576,6Kcal - Prot:22,1g - Lip:26,2g - HC:58,4g AGS:8,5g - Azúcares:26,1g - Sal:1,4g

27

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE
(ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA Y AJO)
MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
ZANAHORIA BABY SALTEADA CON AJO
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
529,8Kcal - Prot:21,4g - Lip:11,8g - HC:80,4g AGS:1,6g - Azúcares:22,9g - Sal:1,6g

28

LENTEJAS CON VERDURAS
(PATATA, CALABACIN, JUDIAS VERDES,
TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, PIMIENTO)
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
593,4Kcal - Prot:34,8g - Lip:21,2g - HC:60,8g AGS:4,4g - Azúcares:19,3g - Sal:1,6g

31

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES
(ARROZ, CHAMPIÑONES, CEBOLLA, AJO Y LAUREL)
REVUELTO DE PATATAS
TOMATE ALIÑADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
630,4Kcal - Prot:20,4g - Lip:21,1g - HC:86,5g AGS:4,7g - Azúcares:18,2g - Sal:1,7g

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

VACACIONES DE NAVIDAD

04

VACACIONES DE NAVIDAD

05

VACACIONES DE NAVIDAD

06

VACACIONES DE NAVIDAD

07

VACACIONES DE NAVIDAD

10

PASTA
PESCADO BLANCO
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

11

VERDURA ENTERA
TERNERA
PATATA
FRUTA FRESCA
PAN

12

ARROZ
PESCADO AZUL
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

13

VERDURA EN CREMA
HUEVO
PATATA
YOGUR
PAN

14

SOPA
AVE
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

17

VERDURA EN CREMA
AVE
ARROZ
YOGUR
PAN

18

VERDURA ENTERA
CERDO
PATATA
YOGUR
PAN

19

PASTA
PESCADO BLANCO
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

20

SOPA
HUEVO
VERDURA CRUDA
FRUTA FRESCA
PAN

21

VERDURA ENTERA
PESCADO AZUL
PATATA
YOGUR
PAN

24

VERDURA ENTERA
AVE
PATATA
FRUTA FRESCA
PAN

25

SOPA
PESCADO BLANCO
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

26

PASTA
HUEVO
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

27

VERDURA EN CREMA
CERDO
PATATA
YOGUR
PAN

28

ARROZ
PESCADO AZUL
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

31

SOPA
AVE
VERDURA CRUDA
YOGUR
PAN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

03

VACACIONES DE NAVIDAD

04

VACACIONES DE NAVIDAD

05

VACACIONES DE NAVIDAD

06

VACACIONES DE NAVIDAD

07

VACACIONES DE NAVIDAD

10

CREMA DE ZANAHORIA (ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA)
PECHUGA DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
TOMATE ALIÑADO
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

11

PAELLA MIXTA CON GUI SANTES, POLLO, CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA
PAN SIN GLUTEN
YOGUR SABOR

12

DUO DE ALÚBIAS CON SOFRITO VEGETAL Y COMINO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

13

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS SIN GLUTEN
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO CON PATATAS
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

14

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS FOGONERO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA RALLADA
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

17

MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE
TORTILLA DE QUESO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

18

SOPA DE AVE CON ARROZ
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUI SANTES
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

19

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS (PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACIN, CALABAZA, JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)
ALBÓNDIGAS DE TERNERA SIN GLUTEN Y SIN LACTOSA A LA ESPAÑOLA
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

20

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
PEPITO DE POLLO CON PAN SIN GLUTEN Y MAHONESA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN SIN GLUTEN
YOGUR SABOR

21

ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, CALABACIN, CEBOLLA, GUI SANTES, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)
POLLO AL AJILLO
TOMATE ALIÑADO
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

24

ESPAGUETIS SIN GLUTEN AGLIO-OLIO
ABADEJO A LA PLANCHA / HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
PAN SIN GLUTEN
YOGUR SABOR

25

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

26

CREMA PARMENTIERE (PATATA, PUERRO Y ZANAHORIA)
RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

27

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN
ZANAHORIA BABY SALTEADA CON AJO
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

28

PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

31

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES (ARROZ, CHAMPIÑONES, CEBOLLA, AJO Y LAUREL)
REVUELTO DE PATATAS
TOMATE ALIÑADO
PAN SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

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

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

CREMA DE ZANAHORIA (ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA)
CANELONES DE CARNE CON SALSA BECHAMEL GRATINADOS CON QUESO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

11

ARROZ CON VERDURAS
CINTA DE LOMO CON TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL
YOGUR SABOR

12

DÚO DE ALUBIAS CON SOFRITO VEGETAL DE COMINO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

13

SOPA DE AVE CON VERDURAS Y ESTRELLITAS
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO CON PATATAS
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

14

LENTEJAS CON CHORIZO
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA RALLADA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

17

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE QUESO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

18

GRATÉN DE PATATA CON SALSA BECHAMEL Y BACON
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

19

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS (PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACIN, CALABAZA, JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA ESPAÑOLA (ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

20

LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS, ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y VERDE, AJO)
PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN INTEGRAL
YOGUR SABOR

21

ARROZ CON VERDURAS (ARROZ, CALABACIN, CEBOLLA, GUI SANTES, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)
POLLO AL AJILLO
TOMATE ALIÑADO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

24

ESPAGUETIS EN SALSA CARBONARA (ESPAGUETI, LECHE, BACON, NATA, HUEVO Y QUESO RALLADO)
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
PAN BLANCO
YOGUR SABOR

25

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

26

CREMA PARMENTIERE (PATATA, PUERRO Y ZANAHORIA)
RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

27

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA / HORNO
ZANAHORIA BABY SALTEADA CON AJO
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

28

LENTEJAS CON VERDURAS (PATATA, CALABACIN, JUDIAS VERDES, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, PIMIENTO Y AJO)
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

31

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES (ARROZ, CHAMPIÑONES, CEBOLLA, AJO Y LAUREL)
REVUELTO DE PATATAS
TOMATE ALIÑADO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

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