

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

JORNADA GASTRONÓMICA

Este mes tendremos en el comedor escolar, la jornada de Japón, Jueves 29 de Abril de 2021



REAL FISH

Cada mes contaremos con una nueva receta especial para disfrutar del pescado en el comedor, en este será el: Miércoles 14 de Marzo 2021



01

VACACIONES DE SEMANA SANTA

02

VACACIONES DE SEMANA SANTA

05

DÍA NO LECTIVO

06

ESPAGUETIS SALTEADOS CON JAMÓN
TORTILLA DE CALABACÍN
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS CON AJO Y PIMENTÓN
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

592,9Kcal - Prot:18,6g - Lip:19,5g - HC:82,3g AGS:2,7g - Azúcares:14,4g - Sal:1,3g

07

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA / AL HORNO
ZANAHORIA SALTEADA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

492,0Kcal - Prot:25,2g - Lip:12,3g - HC:62,1g AGS:1,6g - Azúcares:21,9g - Sal:1,7g

08

ARROZ MILANESA CON QUESO
FILETE DE JAMON AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

694,5Kcal - Prot:34,2g - Lip:25,5g - HC:78,8g AGS:7,6g - Azúcares:18,5g - Sal:1,9g

09

GARBANZOS CON ESPINACAS
FOGONERO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
TOMATE ALIÑADO CON OREGANO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

487,1Kcal - Prot:25,6g - Lip:13,7g - HC:59,3g AGS:1,7g - Azúcares:17,8g - Sal:1,6g

12

PAELLA DE VERDURITAS
JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY
ENSALADA DE ZANAHORIA, REMOLACHA, MAÍZ Y PASAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

742,7Kcal - Prot:34,0g - Lip:26,6g - HC:88,0g AGS:7,1g - Azúcares:23,8g - Sal:1,9g

13

COCIDO ANDALUZ COMPLETO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y CEBOLLA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

659,2Kcal - Prot:24,1g - Lip:25,3g - HC:75,4g AGS:4,5g - Azúcares:19,9g - Sal:3,3g

14

CREMA DE CALABACÍN Y QUESO
GUIISO DE RAPE CON CALAMAR Y PATATAS



FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

487,6Kcal - Prot:30,0g - Lip:12,6g - HC:59,4g AGS:3,3g - Azúcares:20,3g - Sal:1,9g

15

MACARRONES CON TOMATE
ALBÓNDIGAS CON SALSA DE ZANAHORIAS
GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA LÁCTEO (NATILLAS)
PAN BLANCO

801,1Kcal - Prot:26,5g - Lip:31,3g - HC:98,8g AGS:11,4g - Azúcares:28,6g - Sal:2,4g

16

PURÉ DE VERDURAS
BACALAO EN SALSA DE TOMATE
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

517,0Kcal - Prot:21,1g - Lip:17,5g - HC:63,9g AGS:3,3g - Azúcares:23,1g - Sal:1,8g

19

CREMA DE HORTALIZAS
FILETE DE MERLUZA EMPANADA
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

614,8Kcal - Prot:22,4g - Lip:24,0g - HC:72,7g AGS:3,6g - Azúcares:19,9g - Sal:1,5g

20

CODITOS CON ATÚN
HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

636,9Kcal - Prot:30,4g - Lip:21,4g - HC:75,2g AGS:4,7g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g

21

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
PALOMETA EN SALSA DE PUERROS
ZANAHORIA PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

615,5Kcal - Prot:26,9g - Lip:16,7g - HC:85,3g AGS:3,4g - Azúcares:24,6g - Sal:1,8g

22

SOPA DE AVE CON FIDEOS
REVUELTO DE PATATAS, HUEVO Y QUESO
PISTO DE VERDURAS
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO

764,1Kcal - Prot:38,4g - Lip:36,8g - HC:67,9g AGS:11,5g - Azúcares:24,1g - Sal:2,7g

23

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
MAGRA AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

579,4Kcal - Prot:33,0g - Lip:19,6g - HC:59,6g AGS:4,3g - Azúcares:19,0g - Sal:1,7g

26

CREMA DE CALABACÍN
ALBÓNDIGAS EN SALSA CON ALMENDRAS
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

699,3Kcal - Prot:19,2g - Lip:36,3g - HC:68,5g AGS:10,9g - Azúcares:19,4g - Sal:2,1g

27

PAELLA DE VERDURITAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

532,3Kcal - Prot:21,7g - Lip:12,3g - HC:80,2g AGS:1,9g - Azúcares:19,3g - Sal:1,7g

28

SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS, POLLO, HUEVO COCIDO Y YORK
RAGOUT DE CERDO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

596,8Kcal - Prot:37,4g - Lip:21,3g - HC:59,8g AGS:5,2g - Azúcares:19,6g - Sal:1,8g

29

JORNADA GASTRONÓMICA "JAPÓN"
TALLARINES YAKISOBA (calabacín, cebolla, maíz, pimiento, zanahoria y salsa de soja)
POLLO TERIYAKI (filete de pollo con salsa teriyaki)
CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL
FLAN DE VAINILLA
PAN BLANCO

732,7Kcal - Prot:38,1g - Lip:27,1g - HC:81,6g AGS:6,4g - Azúcares:23,9g - Sal:3,2g

30

LENTEJAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
PICADILLO DE TOMATE (TOMATE, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO

628,0Kcal - Prot:23,2g - Lip:23,5g - HC:73,4g AGS:3,9g - Azúcares:20,7g - Sal:3,6g