

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

03

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ,
TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
CABALLA EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA
RALLADA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

04

GUIISO DE GARBANZOS CON ESPINACAS
(GARBANZOS, PATATAS, ESPINACAS, TOMATE,
CEBOLLA)
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
PAN BLANCO
YOGUR DE SOJA

05

GAZPACHO CASERO (TOMATE, PIMIENTO
ROJO, PEPINO Y AOVE)
POLLO A LA RIOJANA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

06

FIDEUA DE VERDURITAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA / HORNO
PISTO DE VERDURAS (CALABACIN,
TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO Y
VERDE, AJO)
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

09

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO CON
PATATAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

10

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ,
TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
REVUELTO DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

11

GARBANZOS CON PATATAS
MERLUZA A LA BILBAÍNA (MERLUZA, LIMON,
PEREJIL, AJO, VINAGRE Y PIMENTÓN)
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
REMOLACHA RALLADA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

12

CREMA DE CALABACÍN (CALABACIN, PATATA,
CEBOLLA)
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON
FINAS HIERBAS
COUS COUS
PAN INTEGRAL
YOGUR DE SOJA

13

ENSALADA DE PASTA (ESPIRALES, MAIZ,
ZANAHORIA, TOMATE, ATÚN Y
ACEITUNAS)
ABADEJO A LA PLANCHA / HORNO
TOMATE ALIÑADO

PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

16

GAZPACHO CASERO (TOMATE, PIMIENTO ROJO,
PEPINO Y AOVE)
PECHUGA DE POLLO AL HORNO / PLANCHA
PATATAS FRITAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

17

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

18

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

19

SOPA DE AVE CON VERDURAS Y ESTRELLITAS
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS
PATATA PANADERA AL HORNO
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

20

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
BACALAO AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
REMOLACHA RALLADA
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

23

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
CEBOLLA
PAN BLANCO
RUTA FRESCA

24

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

25

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

26

LENTEJAS CON ZANAHORIA (LENTEJAS,
ZANAHORIA, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO
ROJO Y VERDE, AJO)
PEPITO DE POLLO (PAN PERRITO, POLLO,
LECHUGA, TOMATE Y MAHONESA)
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN INTEGRAL
YOGUR DE SOJA

27

ENSALADA DE ARROZ CON TOMATE,
MAIZ, ZANAHORIA, ATÚN Y ACEITUNAS
POLLO AL AJILLO
TOMATE ALIÑADO
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

30

ESPAGUETIS AGLIO-OLIO
ABADEJO A LA PLANCHA / HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
PAN BLANCO
YOGUR DE SOJA

31

GARBANZOS CON PATATAS
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

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