

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**02**

VACACIONES DE NAVIDAD

**03**

VACACIONES DE NAVIDAD

**04**

VACACIONES DE NAVIDAD

**05**



**06**



**09**

ARROZ TRES DELICIAS  
(ARROZ, YORK, GUI SANTES, HUEVO, CEBOLLA, AJO)  
MEDALLÓN DE SALMÓN AL HORNO / PLANCHA  
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA RALLADA Y MAÍZ  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

627,2Kcal - Prot:25,2g - Lip:19,0g - HC:85,1g AGS:2,9g - Azúcares:16,8g - Sal:2,4g

**10**

GUI SO DE GARBANZOS CON ESPINACAS  
(GARBANZOS, PATATAS, ESPINACAS, TOMATE, CEBOLLA)  
TORTILLA FRANCESA  
ENSALADA CÉSAR (LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA, POLLO, QUESO, PAN Y SALSA CESAR)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL

555,7Kcal - Prot:27,0g - Lip:22,1g - HC:60,3g AGS:4,3g - Azúcares:16,7g - Sal:1,6g

**11**

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
(PATATA, CEBOLLA, ACELGA, CALABACIN, CALABAZA, JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PUERRO)  
POLLO A LA RIOJANA  
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO  
LÁCTEO (YOGUR)  
PAN BLANCO

648,5Kcal - Prot:33,3g - Lip:24,1g - HC:70,8g AGS:6,5g - Azúcares:27,3g - Sal:2,0g

**12**

FIDEUA DE VERDURITAS  
SALCHICHAS FRESCAS DE CERDO AL HORNO / PLANCHA  
PISTO DE VERDURAS  
(CALABACIN, TOMATE, PIMIENTO ROJO Y VERDE, CEBOLLA Y AJO)  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL

712,4Kcal - Prot:25,2g - Lip:31,3g - HC:78,9g AGS:7,4g - Azúcares:23,4g - Sal:3,8g

**13**

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (LENTEJAS, ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, PIMIENTO, AJO)  
MERLUZA A LA ANDALUZA  
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

546,6Kcal - Prot:26,8g - Lip:15,5g - HC:70,1g AGS:2,3g - Azúcares:17,0g - Sal:1,6g

**16**

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

563,6Kcal - Prot:34,6g - Lip:16,1g - HC:65,1g AGS:4,2g - Azúcares:18,7g - Sal:1,4g

**17**

ARROZ CON SALSA DE TOMATE  
(ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)  
HUEVOS REVUELTOS Y CROQUETAS DE JAMÓN  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL

576,0Kcal - Prot:19,6g - Lip:20,7g - HC:74,9g AGS:4,4g - Azúcares:16,4g - Sal:1,6g

**18**

COCIDO ANDALUZ  
(GARBANZOS, POLLO, PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO, ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)  
MERLUZA A LA BILBAÍNA  
MERLUZA, LIMON, PEREJIL, AJO, VINAGRE Y PIMENTÓN)  
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA RALLADA  
FRUTA FRESCA Y PAN BLANCO

533,1Kcal - Prot:29,1g - Lip:17,5g - HC:59,0g AGS:3,0g - Azúcares:18,3g - Sal:1,4g

**19**

CREMA DE CALABACÍN  
(CALABACIN, PATATA, CEBOLLA)  
JAMONCITOS DE POLLO HORNEADOS CON SALSA AL CURRY  
CUSCÚS  
LÁCTEO (YOGUR)  
PAN INTEGRAL

678,6Kcal - Prot:37,4g - Lip:29,0g - HC:64,7g AGS:9,0g - Azúcares:23,8g - Sal:1,7g

**20**

ESPIRALES AL PESTO CON AJO Y ALBAHACA  
FLAMENQUINES DE YORK Y QUESO  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

762,3Kcal - Prot:23,4g - Lip:30,8g - HC:93,1g AGS:4,5g - Azúcares:21,3g - Sal:1,3g

**23**

CREMA DE ZANAHORIA  
(ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA)  
HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO / PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA FRESCA  
PAN BLANCO

585,0Kcal - Prot:23,9g - Lip:22,3g - HC:65,2g AGS:5,4g - Azúcares:23,5g - Sal:1,6g

**24**

PAELLA MIXTA CON GUI SANTES, POLLO, CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS  
JUREL EN SALSA DE TOMATE  
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA  
LÁCTEO (YOGUR)  
PAN INTEGRAL

724,2Kcal - Prot:35,3g - Lip:27,1g - HC:80,9g AGS:5,5g - Azúcares:24,1g - Sal:2,1g

**25**

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

574,1Kcal - Prot:18,6g - Lip:20,0g - HC:70,2g AGS:3,4g - Azúcares:19,0g - Sal:3,4g

**26**

SOPA DE AVE CON VERDURAS Y ESTRELLITAS  
LOMO ASADO CON SALSA DE VERDURAS  
PURÉ DE PATATAS  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL

540,5Kcal - Prot:29,9g - Lip:15,0g - HC:66,1g AGS:4,0g - Azúcares:20,1g - Sal:1,6g

**27**

LENTEJAS CON CHORIZO  
(LENTEJAS, PATATA, CHORIZO, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, PIMIENTO ROJO Y VERDE)  
BACALAO REBOZADO  
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA RALLADA  
FRUTA FRESCA Y PAN BLANCO

730,7Kcal - Prot:27,7g - Lip:34,6g - HC:72,3g AGS:7,9g - Azúcares:17,0g - Sal:1,6g

**30**

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

654,4Kcal - Prot:27,5g - Lip:27,3g - HC:71,3g AGS:8,1g - Azúcares:18,5g - Sal:2,3g

**31**

GRATÉN DE PATATA CON SALSA BECHAMEL Y BACON  
CAPRICHOS DE CALAMAR  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ  
FRUTA FRESCA  
PAN INTEGRAL

621,2Kcal - Prot:19,9g - Lip:31,1g - HC:61,4g AGS:7,8g - Azúcares:18,5g - Sal:3,4g

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