

LUNES



08

ENSALADA DE ARROZ CON TOMATE, MAIZ,
ZANAHORIA, ATUN Y ACEITUNAS
BACALAO AL HORNO / PLANCHA
MENESTRA DE VERURAS SALTEADAS CON AJO Y
PIMENTÓN
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

15

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE (ARROZ,
TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
SALMÓN AL HORNO / PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA
RALLADA Y MAÍZ
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

22

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO CON PATATAS
PAN BLANCO
YOGUR SABOR

29

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

MARTES

10 MAYO JORNADA GASTRONÓMICA CHINA
SABIAS QUE...

La cultura y gastronomía china, es una de las más antiguas del mundo, data de hace 5,000 años A. C. Sus platos de pasta, arroz y carbohidratos siempre van acompañados de pescados, verduras o carne. La elaboración se enfoca principalmente en el aroma, sabor, la belleza estética de la comida y los colores, en especial por las salsas, como la de pescado, la salsa de ostras, la salsa de soja o la de jengibre

09

NUTRIFRIENDS
ALUBIAS PINTAS SALTEADAS CON ARROZ
CINTA DE LOMO AL HORNO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN INTEGRAL
HELADO SIN GLUTEN (NATA-FRESA O
VAINILLA)

16

DÍA DEL CELÍACO
GUISO DE GARBANZOS CON ARROZ
(GARBANZOS, ARROZ, PIMIENTO VERDE,
PATATA, CEBOLLA Y TOMATE)
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y COL
LOMBARDA
PAN INTEGRAL / SIN GLUTEN
FRUTA FRESCA

23

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE (ARROZ,
TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO /
PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

30

PAELLA MIXTA CON GUI SANTES, POLLO,
CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS
JUREL EN SALSAS DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, COL Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL
YOGUR SABOR

MIÉRCOLES

03

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

10

JORNADA GASTRONÓMICA CHINA
**WOK DE TALLARINES CON POLLO,
VERDURAS**
**MERLUZA AL HORNO / PLANCHA
CON LECHUGA Y MAÍZ**
PAN BLANCO
FLAN DE VAINILLA

17

SALMOREJO CASERO CON PICADILLO DE ATÚN
POLLO A LA RIOJANA
PATATAS PROVENZAL CON AJO Y TOMILLO
PAN BLANCO
YOGUR SABOR

24

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
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

31

DUO DE ALÚBIAS CON SOFRITO
VEGETAL Y COMINO
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO /
PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

JUEVES

04

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, POLLO,
PATATA, JUDIA VERDE, PUERRO,
ZANAHORIA, APIO Y MORCILLA)
FILETE DE PECHUGA DE PAVO AL HORNO /
PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
MAÍZ
PAN INTEGRAL Y FRUTA FRESCA

11

CREMA DE CALABAZA (CALABAZA, PATATA,
ZANAHORIA Y CEBOLLA)
MUSLOS DE POLLO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
PAN INTEGRAL
FRUTA FRESCA

18

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

25

CREMA DE CALABACÍN (CALABACIN, PATATA,
CEBOLLA)
JAMONCITOS DE POLLO HORNEADOS CON
SALSAS AL CURRY
CUSCÚS
PAN INTEGRAL
HELADO SIN GLUTEN (NATA-FRESA O
VAINILLA)



**¡JORNADAS GASTRONÓMICAS LLENAS DE
PROTEINA VEGETAL!
MARTES 09 MAYO 2023**

VIERNES

05

GAZPACHO CASERO CON PICATOSTES
(TOMATE, PIMIENTO ROJO, PEPINO,
PAN)
RAGOUT DE CERDO CON PATATAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

12

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ALBÓNDIGAS SIN HUEVO A LA
JARDINERA
PATATAS DADO FRITAS
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

19

LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATAS
MERLUZA A LA ANDALUZA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
PAN BLANCO
FRUTA FRESCA

26

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