

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

03

SOPA DE AVE CON FIDEOS
SALCHICHAS FRESCAS DE CERDO EN SALSAS ESPAÑOLA
PATATAS DADO FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
710,9Kcal - Prot:29,9g - Lip:32,9g - HC:70,2g AGS:8,4g - Azúcares:19,1g - Sal:3,9g

04

TALLARINES A LA CARBONARA
MERLUZA EN SALSAS VERDES CON GUISANTES
HELADO
PAN INTEGRAL
669,7Kcal - Prot:35,4g - Lip:23,6g - HC:76,1g AGS:10,7g - Azúcares:25,7g - Sal:2,2g

05

SALMOREJO CASERO CON PICADILLO DE ATÚN Y HUEVO COCIDO
POLLO AL AJILLO
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
593,7Kcal - Prot:31,5g - Lip:25,6g - HC:56,1g AGS:5,3g - Azúcares:21,7g - Sal:1,6g

06

GARBANZOS CON PATATAS
REVUELTO DE QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
730,6Kcal - Prot:38,4g - Lip:34,8g - HC:61,2g AGS:12,1g - Azúcares:23,3g - Sal:2,5g

07

ARROZ CON VERDURAS AL WOK
SAN JACOBO DE YORK Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
718,5Kcal - Prot:32,6g - Lip:27,5g - HC:101,1g AGS:4,3g - Azúcares:22,7g - Sal:3,1g

10

CREMA PARMENSIERE (PATATA, PUERRO Y ZANAHORIA)
PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
HELADO
PAN BLANCO
612,5Kcal - Prot:28,9g - Lip:24,1g - HC:62,7g AGS:5,0g - Azúcares:27,5g - Sal:1,9g

11

PAELLA MIXTA CON GUISANTES, POLLO, CALAMAR, MEJILLON, GAMBAS Y ALMEJAS
EMPANADILLAS DE ATÚN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
709,07Kcal - Prot:24,4g - Lip:24,4g - HC:95,6g AGS:7,2g - Azúcares:22,9g - Sal:2,3g

12

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
674,02Kcal - Prot:22,2g - Lip:23,1g - HC:82,9g AGS:3,6g - Azúcares:20,2g - Sal:3,8g

13

GAZPACHO CASERO CON PICATOSTES
LOMO ASADO CON SALSAS DE VERDURAS
PURÉ DE PATATA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
614,0Kcal - Prot:35,8g - Lip:19,0g - HC:70,6g AGS:6,5g - Azúcares:25,9g - Sal:1,8g

14

LENTEJAS CON ARROZ
GALLO SAN PEDRO A LA BILBAÍNA
PISTO DE VERDURAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
698,1Kcal - Prot:37,8g - Lip:16,4g - HC:92,8g AGS:2,4g - Azúcares:17,1g - Sal:1,7g

17

CODITOS NAPOLITANA
TORTILLA DE CALABACIN
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
635,03Kcal - Prot:16,8g - Lip:20,4g - HC:90,2g AGS:3,1g - Azúcares:18,9g - Sal:1,3g

18

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA (MAGRO, TOMATE, PIMIENTO ROJO Y VERDE, CEBOLLA Y AJO)
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)
FRUTA FRESCA
PAN INTEGRAL
643,2Kcal - Prot:30,6g - Lip:22,5g - HC:74,3g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:2,2g

19

ENSALADA CAMPERA (PATATA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA Y ATÚN)
MERLUZA AL GRATÉN
MAÍZ SALTEADO
LÁCTEO (YOGUR)
PAN BLANCO
692,1Kcal - Prot:25,2g - Lip:34,2g - HC:67,6g AGS:7,3g - Azúcares:14,6g - Sal:2,0g

20

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO
SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA
HAMBURGUESA CON PAN BURGER, LECHUGA, RODAJAS DE TOMATE, KETCHUP Y MAHONESA
PATATAS FRITAS CON SALSAS CHEDDAR
HELADO
PAN INTEGRAL
700,0Kcal - Prot:31,2g - Lip:19,7g - HC:92,5g AGS:4,7g - Azúcares:17,2g - Sal:3,1g

21

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
MUSLITOS DE POLLO EN SALSAS
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
720,5Kcal - Prot:35,9g - Lip:25,6g - HC:85,1g AGS:7,0g - Azúcares:23,4g - Sal:1,8g

24

**COMEDOR PARA E.S.O.
ÚLTIMO DÍA LECTIVO**

**¡FELICES
VACACIONES!
HAPPY SUMMER!**

