

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

CREMA DE VERDURAS (CALABACÍN, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA Y ESPINACAS).
MERLUZA EMPANADA
CON ZANAHORIA.
PAN
YOGUR
Energía: 597 Kcal Hidratos: 78.8g
Azúcares: 20.4g Proteínas: 21.9g
Grasas: 19.9g Saturadas: 3.3g Sal: 1.1g

03

POTAJE DE GARBANZOS CON PATATA
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA IV ESTACIONES.
PAN
FRUTA
Energía: 594 Kcal Hidratos: 79.3g
Azúcares: 23.6g Proteínas: 22.8g
Grasas: 20.2g Saturadas: 5.2g Sal: 1.3g

04

GUISO DE PATATAS CON VERDURAS
(GUISANTES, JUDÍAS VERDES, ZANAHORIA)
HAMBURGUESA A LA PLANCHA
CON PATATAS.
PAN
FRUTA
Energía: 605 Kcal Hidratos: 80.2g
Azúcares: 16g Proteínas: 23.1g
Grasas: 20.8g Saturadas: 4g Sal: 1.1g

05

ARROZ CON TOMATE
CROQUETAS DE POLLO
PAN
FRUTA
Energía: 600 Kcal Hidratos: 72.8g
Azúcares: 14.7g Proteínas: 22.6g
Grasas: 22g Saturadas: 7.3g Sal: 1.3g

06

FESTIVO

09

FESTIVO

10

POTAJE DE LENTEJAS CON ARROZ Y
BERENJENA.
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA IV ESTACIONES
PAN
FRUTA
Energía: 594 Kcal Hidratos: 79.7g
Azúcares: 13.6g Proteínas: 22.9g
Grasas: 22.9g Saturadas: 4g Sal: 1.3g

11

CREMA DE PUERROS (PUERRO, PATATA Y
CEBOLLA)
ABADEJO AL HORNO
CON JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIAS COCIDAS.
PAN
YOGUR
Energía: 603 Kcal Hidratos: 82.1g
Azúcares: 15.7g Proteínas: 21.6g
Grasas: 20g Saturadas: 2.9g Sal: 1.3g

12

ARROZ CALDOSO
LOMO ASADO
CON ENSALADA DE PEPINO Y ZANAHORIA
CRUDA RALLADA.
PAN
FRUTA.
Energía: 594 Kcal Hidratos: 79.5g
Azúcares: 20.8g Proteínas: 21.8g
Grasas: 21.3g Saturadas: 4.4g Sal: 1.1g

13

MACARRONES CON TOMATE TRAZAS
MERLUZA AL HORNO Y PATATAS
Y JUDÍAS VERDES
PAN
FRUTA
Energía: 600 Kcal Hidratos: 75.9g
Azúcares: 16.9g Proteínas: 22.6g
Grasas: 22.4g Saturadas: 3.4g Sal: 1.3g

16

POTAJE DE HABICHUELAS
SAN JACOBO
PAN
FRUTA
Energía: 594 Kcal Hidratos: 81.2g
Azúcares: 15.3g Proteínas: 22.4g
Grasas: 21.4g Saturadas: 3g Sal: 1.3g

17

SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS
JAMONCITOS DE POLLO
CON PATATAS
PAN
FRUTA
Energía: 597 Kcal Hidratos: 78g
Azúcares: 23.6g Proteínas: 22.6g
Grasas: 20.8g Saturadas: 3.4g Sal: 1.3g

18

CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA AL HORNO
CON JUDÍAS VERDES
PAN
FRUTA
Energía: 599 Kcal Hidratos: 75.6g
Azúcares: 19.3g Proteínas: 22.3g
Grasas: 22.9g Saturadas: 6.1g Sal: 1.3g

19

COCIDO ANDALUZ (GARBANZOS, PATATAS Y
HORTALIZAS)
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA IV ESTACIONES
PAN
YOGUR
Energía: 603 Kcal Hidratos: 73.4g
Azúcares: 17.3g Proteínas: 22.5g
Grasas: 22g Saturadas: 3.8g Sal: 1.1g

20

MENU ESPECIAL
PIZZA
SURTIDO DE FRITOS (2 variedades)
(croquetas, san jacobos, nugget..)
PAN
POSTRE ESPECIAL

23

VACACIONES DE NAVIDAD

24

VACACIONES DE NAVIDAD

25

VACACIONES DE NAVIDAD

26

VACACIONES DE NAVIDAD

27

VACACIONES DE NAVIDAD

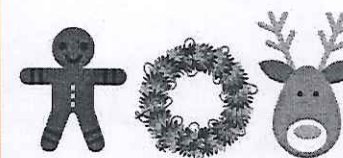
30

VACACIONES DE NAVIDAD

31

VACACIONES DE NAVIDAD

¡FELIZ NAVIDAD!



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