

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



07

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS
CANELONES DE CARNE BELLA AURORA GRATINADOS
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
548,0Kcal - Prot:16,5g - Lip:22,3g - HC:65,0g AGS:5,9g - Azúcares:25,1g - Sal:3,2g

14

VACACIONES
SEMANA SANTA

21

SOPA DE FIDEOS
ESCALOPE DE CERDO
TOMATE ALIÑADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
540,96Kcal - Prot:24,5g - Lip:16,3g - HC:54,3g AGS:1,5g - Azúcares:14,9g - Sal:1,4g

28

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
RABAS DE CALAMAR REBOZADAS
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
536,3Kcal - Prot:19,4g - Lip:21,5g - HC:61,5g AGS:2,7g - Azúcares:15,5g - Sal:2,6g

01

ARROZ CON SALSA DE TOMATE (ARROZ, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO)
SAN JACOBO DE YORK
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
721,2Kcal - Prot:30,1g - Lip:26,8g - HC:91,3g AGS:7,3g - Azúcares:22,4g - Sal:1,7g

08

SOPA DE LLUVIA
MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA (MAGRO, TOMATE, PIMIENTO ROJO Y VERDE, CEBOLLA Y AJO)
ARROZ PILAF (ARROZ, CEBOLLA, LAUREL)
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
649,7Kcal - Prot:32,8g - Lip:21,2g - HC:79,6g AGS:6,2g - Azúcares:24,1g - Sal:1,9g

15

VACACIONES
SEMANA SANTA

22

ESPAGUETIS AGLIO-OLIO
POLLO EN SALSA CON CHAMPIÑONES (POLLO, CHAMPIÑONES, TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO ROJO PIMIENTO VERDE, AJO Y LAUREL)
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
624,3Kcal - Prot:34,2g - Lip:20,8g - HC:72,8g AGS:6,1g - Azúcares:22,7g - Sal:1,3g

29

MACARRONES BELLA AURORA (SALSA BECHAMEL Y TOMATE)
REVUELTO DE JAMÓN YORK
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
735,2Kcal - Prot:32,9g - Lip:29,0g - HC:83,7g AGS:8,1g - Azúcares:24,3g - Sal:1,8g

02

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
613,7Kcal - Prot:20,8g - Lip:20,2g - HC:76,4g AGS:3,1g - Azúcares:17,3g - Sal:3,3g

09

GUISO DE PATATAS CON POLLO
MERLUZA AL GRATÉN
MAÍZ SALTEADO
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
674,7Kcal - Prot:25,8g - Lip:30,1g - HC:70,9g AGS:4,5g - Azúcares:17,2g - Sal:1,8g

16

VACACIONES
SEMANA SANTA

23

PROY.GASTRONÓMICO "TRIS TRAS"
LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE CORRO
(TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA)
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
581,2Kcal - Prot:20,9g - Lip:20,2g - HC:72,1g AGS:3,2g - Azúcares:16,4g - Sal:3,3g

30

CREMA DE CALABACÍN (CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA)
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (ALBÓNDIGAS DE CERDO, MENESTRA DE VERDURAS, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, AJO Y LAUREL)
PATATAS FRITAS
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
658,5Kcal - Prot:18,8g - Lip:31,3g - HC:71,6g AGS:10,5g - Azúcares:18,0g - Sal:2,2g

03

CREMA PARMENTIERE (PATATA, PUERRO Y ZANAHORIA)
POLLO AL CURRY
COUSCOUS
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
674,4Kcal - Prot:35,0g - Lip:23,8g - HC:76,3g AGS:6,4g - Azúcares:30,0g - Sal:1,8g

10

LENTEJAS CON CALABAZA
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
582,2Kcal - Prot:33,8g - Lip:20,5g - HC:65,7g AGS:5,5g - Azúcares:23,0g - Sal:1,6g

17

VACACIONES
SEMANA SANTA

24

CREMA DE CALABAZA (CALABAZA, PATATA, ZANAHORIA Y CEBOLLA)
PIZZA DE JAMON YORK Y QUESO
ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
LÁCTEO (YOGUR)
PAN INTEGRAL
682,9Kcal - Prot:26,8g - Lip:23,0g - HC:88,2g AGS:7,0g - Azúcares:26,8g - Sal:3,3g

04

GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL
ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
555,3Kcal - Prot:30,9g - Lip:18,0g - HC:61,4g AGS:2,9g - Azúcares:15,7g - Sal:1,5g

11

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES
ABADEJO A LA ANDALUZA
ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
583,2Kcal - Prot:26,2g - Lip:16,3g - HC:81,2g AGS:2,3g - Azúcares:14,1g - Sal:1,6g

18

VACACIONES
SEMANA SANTA

25

ARROZ A LA CAZUELA CON MAGRO
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA FRESCA
PAN BLANCO
524,7Kcal - Prot:24,2g - Lip:14,0g - HC:73,2g AGS:2,4g - Azúcares:13,9g - Sal:1,6g

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