

LUNES

"El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años."

MARTES

Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

4

5

6

7

10

11

12

13

14

Lentejas estofadas con chorizo
Tortilla de calabacín con lechuga y maíz
Fruta, leche pan y agua
Stew lentils with sausage
Zucchini omelette with salad and corn
Kcal 753,3Pt 28 Lip 25,8 HC98,4

Crema de puerros
Jamoncitos de pollo en pepitoria con patatas
Fruta, pan y agua
Leek soup
"pepitoria" chicken with potatoes
Kcal 708 Pt 27,2Lip 25 HC 86,2

Poella valenciana
Merluza al horno con lechuga y zanahoria
Fruta, pan y agua
Valencian paella
Baked Hake with lettuce and carrot
746,7Kcal Pt:26,5g Lip:30,6g HC88

Garbanzos guisados con calabaza
Salchichas frescas con lechuga y atún
Fruta, leche pan y agua
Stewed chickpeas with pumpkin
Sausages with lettuce and tuna
Kcal 658,9 Pt:32,9,1 Lip 13 HC 95,5

Espaguetis con salsa de tomate y queso
Bacalao rebozado con lechuga y tomate
Yogur, pan y agua
Spaguetti with tomato and cheese
Breaded cod with lettuce and tomato
Kcal 723Pt 31 Lip 29,9HC 71,8

17

18

19

20

21

Arroz con salsa de tomate
Filete de pollo empanado con lechuga y tomate
Fruta, leche pan y agua
Rice with tomato sauce
Breaded chicken fillet with salad
Kcal 658Pt 30,5Lip 19,3 HC 90,2

Alubias estofadas con verduras
Tortilla de queso con lechuga y tomate
Fruta, pan y agua
Stewed beans with vegetables
Cheese omelette with salad
696,5Kcal Pt:31,1 Lip:31,5HC:68,7

Sopa de lluvia con picadillo
Ternera a la jardinera con patatas
Fruta, pan y agua
Pasta soup with mince
Gardener veal with potatoes
696,5Kcal Pt:31,1Lip:31,5 HC:68,7

Canelones de carne con bechamel gratinados
Filete de limanda andaluza con lechuga y espárragos
Fruta, leche pan y agua
Cannelloni with bechamel sauce
Andalusian limanda with lettuce
729,3Kcal Pt:33,9Lip:26,6 HC:85,3

Puré de verduras y hortalizas naturales
Cinta de lomo plancha con patatas
Yogur, pan y agua
Mashed vegetables
Grilled pork loin with potatoes
755,1Kcal Pt:45,5Lip:33,0HC:68,2

24

25

26

27

28

Lentejas estofadas con puerro y zanahorias
Filete de rape a la romana con lechuga y maíz
Fruta, leche pan y agua
Stewed potatoes with leek and carrot
Monkfish with lettuce and corn
638,5Kcal Pt:37,4 Lip:19,4 HC:73,5

Ensalada de pasta tricolor
Escalope de cerdo con lechuga y remolacha
Fruta, pan y agua
Pasta salad "tricolor"
Pork "escalope" with lettuce and beetroot
753,8Kcal Pt:38,8Lip:23,8 HC:95,3

Patatas guisadas a la marinera
Tortilla francesa con loncha de pavo
Fruta, pan y agua
Marinera stewed potatoes
French omelette with slice of turkey
508,8Kcal Pt:27,0Lip:13,7 HC:70,9

Judías verdes rehogadas
Lacón braseado con puré de patatas
Fruta, leche pan y agua
Sautéed green beans
Lacón with potatoes purée
845,0Kcal Pt:36,9Lip:43,2 HC:71,6

Garbanzos guisados con arroz
Rabas de calamar con lechuga
Yogur, pan y agua
Stewed chickpeas with rice
Squid rings with lettuce
658,9Kcal Pt:32,9Lip:13,6HC:95,5