



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

JUEVES

2

Garbanzos estofados con verduras
(calabaza, patata, pim.cebolla)
Salmón al horno o a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

VIERNES

3

Macarrones sin gluten con tomate (cebolla, tomate)
Cinta de lomo al horno
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan sin gluten y agua

LUNES

6

Alubias blancas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MARTES

7

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

JUEVES

9

Espaguetis sin gluten con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos sin gluten(fideos, cebolla, cerdo, puerro, Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)
Fruta fresca y yogur
Pan sin gluten y agua

LUNES

13

FESTIVO

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza al horno
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

JUEVES

16

Espirales sin gluten a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur
Pan sin gluten y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo al horno (aceite, ajo) con zanahoria baby salteada
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MARTES

21

Macarrones sin gluten con salsa de tomate (cebolla, tomate)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES

22

Alubias estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan sin gluten y refrescos

JUEVES

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con fideos sin gluten(fideos, cebolla, cerdo, puerro, Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)
Fruta fresca y yogur
Pan sin gluten y agua

LUNES

27

Pasta sin gluten a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MARTES

28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

JUEVES

30

Garbanzos estofados con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan sin gluten y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata)
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan sin gluten y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo , ternera)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

13

FESTIVO
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oli
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimienta, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones con salsa de tomate
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oli
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrella(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo , ternera)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con verduras (pimienta, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, ju)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)

Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria

Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)

Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de ave con fideos(fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)

Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

13

FESTIVO

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)

Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla, ajo, tomate)

Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones con salsa de tomate

Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)

Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)

Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de ave con fideos(fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)

Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)

Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)

Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Pavo al horno
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones sin huevo con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
13

FESTIVO
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Limanda al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones sin huevo con salsa de tomate (cebolla, tomate)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Pollo al horno
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Pasta sin huevo a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Lenguadina al horno
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES 1
Arroz con verduras y pollo (zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES 2
Coliflor al vapor
Salmón al horno o a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES 3
Macarrones sin soja con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES 6
Brócoli salteado con zanahoria
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES 7
Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES 8
Crema de calabaza
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES 9
Espaguetis sin soja con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES 10
Sopa casera de ave con fideos sin soja (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Morcillo de ternera
Patata y zanahoria hervida
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES 13
FESTIVO
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES 14
Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES 15
Coliflor salteada (ajo, aceite)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES 16
Espirales sin soja a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES 17
Pisto de verduras (tomate, pimiento v., pimiento rojo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES 20
Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES 21
Macarrones sin soja con salsa de tomate (cebolla, tomate, pim, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES 22
Coliflor al vapor
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES 23
Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES 24
Sopa casera de ave con fideos sin soja (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Morcillo de ternera
Patata y zanahoria hervida
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES 27
Coditos sin soja a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES 28
Verduras asadas
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES 29
Arroz con verduras sin guisantes (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES 30
Brócoli salteado al ajillo (ajo, aceite)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES 31
Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo con salsa de zanahorias, patata, cebolla, ajo y tomate
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

FESTIVO

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina de trigo, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

VIERNES

Sopa casera de cocido con estrellas (estrellas, cebolla, cerdo, puerro, Coccido completo)
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral

LUNES

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

MARTES

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, Merluza al horno)
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

MIÉRCOLES

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

JUEVES

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

VIERNES

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

10

Sopa casera de ave con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

13

FESTIVO
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones con salsa de tomate
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de ave con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat.)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
13
FESTIVO

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Lentejas estofadas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de acelgas, puerro y zanahoria con picatostes
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina de trigo, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral

LUNES
27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

MARTES
28

Verduras asadas
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo con salsa de zanahorias, patata, cebolla, ajo y tomate
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

6
Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

7
Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

Arroz con verduras y pollo
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

1 **JUEVES 2**
Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de tomate, aceitunas y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

3 VIERNES
Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

13
FESTIVO
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

14
Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

15
Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

16 FESTIVO
Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

17
Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

20
Crema de acelgas, puerro y zanahoria
Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

21
Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo)
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

22
Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

23
Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

24
Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral

27
Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

28
Alubias pintas con chorizo (chorizo,pimiento, zanahoria, cebolla, Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

29
Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

30
Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

31 VIERNES
Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo
(zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)
Pavo al horno
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones sin huevo con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Brócoli salteado
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de tomate, zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de ave con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...)
Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
13
FESTIVO

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Menestra de verduras al vapor
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
omates aliñados con orégano y aceite de oliv
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate)
Limanda al horno
Isalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Calabaza y patata salteadas
Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones sin huevo con salsa de tomate (cebolla, tomate)
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Pollo al horno
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo)
omates aliñados con orégano y aceite de oliv
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de ave con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...)
Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Pasta sin huevo a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Lenguadina al horno
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Calabacín al horno
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Pavo al horno
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones sin huevo con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de ave con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
13
FESTIVO

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Limanda al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones sin huevo con salsa de tomate
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Pollo al horno
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de ave con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ...)
Cocido (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo, ternera)
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Pasta sin huevo a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Lenguadina al horno
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur de soja
Pan blanco/Pan integral y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo
(zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)
Pavo al horno
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones sin huevo con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégan
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis sin huevo con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera)
Fruta fresca (no plátano) y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
13

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliv
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacin salteado
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate)
Limanda al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones sin huevo con salsa de tomate
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Pollo al horno
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oli
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido (garbanzos,zanahoria,codillo, pollo ,ternera)
Fruta fresca (no plátano) y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Pasta sin huevo a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Lenguadina al horno
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Alubias pintas con verduras (pimiento, zanahoria, cebolla, tomate trit nat..)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégan
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

DÍA DEL CELIACO
31

Crema de calabacin (calabacin,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju
Patatas cocidas
Fruta fresca (no plátano) y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégan
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

13

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oli
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa(carne picada, cebolla, tomate, pimi, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oli
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, Merluza al horno)
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégan
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

DÍA DEL CELIACO

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah., guisante, coliflor, patata, ju Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteado
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi) y yogur naturak
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no mango)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi) y yogur naturak
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pim, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y refrescos

JUEVES

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

DÍA DEL CELIACO

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca (no coco, plátano, kiwi) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

LUNES
6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
13

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimient.harina tr.,cebolla,tomate,ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones a la boloñesa(carne picada,cebolla,tomate,pimi,ajo)
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Alubias pintas con chorizo (chorizo,pimiento, zanahoria, cebolla,
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluz (harina de trigo)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refresco

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla,ajo,tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Revuelto de huevo
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Morcillo de ternera
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria y jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Pechuga de pavo al horno
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Revuelto de huevo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Revuelto de huevo
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina, tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pim, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Pollo al ajillo (ajo, perejil)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, pim)
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Revuelto de huevo
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa(cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria y jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras(pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa(carne picada, cebolla, tomate, pimi, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Pollo al ajillo (ajo, perejil)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos, zanahoria, codillo, pollo) Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla, Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera(zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Garbanzos estofados con verduras
(calabaza, patata, pim. cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteado
Fruta fresca y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Alubias blancas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina de trigo, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Alubias estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO
23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca y natillas natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Garbanzos estofados con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo sin tomate (zanah,cebolla,pimiento,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Lentejas estofadas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones con verduras sin tomate
Cinta de lomo al horno
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Lentejas con arroz sin tomate (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz en blanco (ajo, cebolla)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
13

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Caballa al horno (ajo, aceite, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados/salteados con verduras sin tomate (calabaza, patata, Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
16

Espirales con verduritas (calabacín, zanah, cebolla)
Filete de pollo a la plancha
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, cebolla,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones salteados con zanahoria y calabacín
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Guiso de lentejas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO
23

Arroz hervido con zanahoria y calabacín
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Coditos salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Verduras asadas
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo sin tomate a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

Paella de verduras y pollo sin tomate (zanah,cebolla,pimiento,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Lentejas estofadas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Macarrones con verduras sin tomate
Cinta de lomo al horno
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

Lentejas con arroz sin tomate (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Arroz en blanco (ajo, cebolla)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Caballa al horno (ajo, aceite, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Garbanzos estofados/salteados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Espirales con verduritas (calabacín, zanah, cebolla)
Filete de pollo a la plancha
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Guiso de alubias blancas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, cebolla,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Macarrones salteados con zanahoria y calabacín
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Guiso de lentejas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

Arroz hervido con zanahoria y calabacín
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

Coditos salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

Verduras asadas
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo sin tomate a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES
1

Paella de verduras y pollo sin tomate (zanah,cebolla,pimiento,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
2

Garbanzos sin tomate con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
3

Macarrones con verduras sin tomate
Cinta de lomo al horno
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
6

Alubias con arroz sin tomate (zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melocotón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
7

Arroz en blanco (ajo, cebolla)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
8

Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón york
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
9

Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
13

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Caballa al horno (ajo, aceite, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
15

Garbanzos estofados/salteados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Filete de pollo a la plancha
Calabacín salteado
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
17

Guiso de alubias blancas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, cebolla,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
21

Macarrones salteados con zanahoria y calabacín
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
22

Alubias estofadas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO
23

Arroz hervido con zanahoria y calabacín
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
24

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES
27

Coditos salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES
28

Verduras asadas
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES
29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES
30

Garbanzos estofados con verduras (patata, cebolla, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES
31

Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo sin tomate a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju
Patatas cocidas
Fruta fresca y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo sin tomate (zanah,cebolla,pimiento,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con verduras sin tomate
Cinta de lomo al horno
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz sin tomate(zanah, cebolla, pim.rojo)
Cinta de lomo fresca al horno
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz en blanco (ajo, cebolla)
Merluza al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro,patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga, zanahoria, jamón york
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo
Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Caballa al horno (ajo, aceite, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados/salteados con verduras (calabaza, patata, pim.cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales con verduritas (calabacín, zanah, cebolla)
Filete de pollo a la plancha
Calabacín salteado
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas/salteadas con verduras sin tomate (pimiento, cebolla,ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de so
Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo al horno (aceite,ajo) con zanahoria baby salteada
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones salteados con zanahoria y calabacín
Salmón al horno (ajo,perejil,aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas/salteadas con verduras sin tomate (patata, pim, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz hervido con zanahoria y calabacín
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas(fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo
Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos salteados con zanahoria (, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Verduras asadas
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacin, zanah, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga,maíz, queso y orégano
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca (no melón,fresa)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) con picatostes
Estofado de cerdo sin tomate a la jardinera(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju
Patatas cocidas
Fruta fresca (no melón,fresa) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)

Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)

Salmón al horno o a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca pelada y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca pelada y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales sin huevo a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca pelada y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pim, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca pelada y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca pelada
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca pelada y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca
Pan blanco/Pan integral

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca (no plátano)
Pan blanco/Pan integral

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca (no plátano) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)

Tortilla francesa

Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)

Salmón al horno o a la plancha

Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteada
ta fresca pelada (no melocotón, ciruela) y yogur natu
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)

Cinta de lomo fresca al horno

Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)

Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)

Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria

Tortilla de patata y calabacín

Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)

Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)

Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela) y natillas
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)

Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)

Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melocotón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)

Salchichas frescas de cerdo a la plancha

Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)

Merluza a la andaluza (harina de trigo)

Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)

Calabacín salteado
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela) y yogur natu
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)

Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada

Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pim, ajo)

Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)

Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)

Tortilla de patata

Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)

Merluza al ajillo (ajo, aceite)

Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela) y natu
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)

Tortilla francesa

Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)

Merluza al horno

Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)

Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)

Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)

Caballa encebollada (cebolla, aceite)

Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca pelada (no melocotón, ciruela) y yogur
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.
LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteado
Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina de trigo, cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca (no kiwi)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca (no kiwi) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDIA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimiento, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteado
Fruta fresca (no melón) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no melón) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca (no melón) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, zanah, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pim, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Ensalada de tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca (no melón) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca (no melón)
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah, guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca (no melón) y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua



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

VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ:
MANZANA, PLÁTANO, PERA, NARANJA Y SANDÍA.

LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS

MIÉRCOLES

1

Paella de verduras y pollo
(zanah, tom, cebolla, pimienta, ajo)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

2

Lentejas estofadas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Salmón en salsa de naranja (harina de trigo, naranja, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

3

Macarrones con tomate (cebolla, tomate)
Ragout de cerdo (cerdo, harina de trigo, verduras, tom)
Zanahoria dado salteado
Fruta fresca* y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

6

Lentejas con arroz (zanah, cebolla, pim. rojo)
Cinta de lomo fresca en salsa (cebolla, tomate natural, zanahoria)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

7

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, ajo, pimienta)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

8

Crema de acelgas, puerro, patata y zanahoria
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de tomate, zanahoria, jamón york
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

9

Espaguetis con tomate (zanah, cebolla)
Palometa en salsa de puerros (puerro, ajo, cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

10

Sopa casera de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca* y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

FESTIVO

13

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

14

Crema de zanahoria (patata, zanah, cebolla)
Salchichas frescas de cerdo a la plancha
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

15

Garbanzos estofados con verduras (calabaza, patata, pim. cebolla)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

16

Espirales a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)
Estofado de pollo (pollo, zanahoria, tomate, trit, cebolla, aceite)
Calabacín salteado
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

17

Guiso de alubias blancas con verduras (pimiento, cebolla, ajo, tomate)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, zanahoria y brotes de soja
Fruta fresca* y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

20

Crema de calabaza (calabaza, zanah, cebolla, patata)
Magro de cerdo a la riojana (pimiento, harina, tr., cebolla, tomate, ajo) con zanahoria baby
Zanahoria baby salteada
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

21

Macarrones a la boloñesa (carne picada, cebolla, tomate, pimiento, ajo)
Salmón al horno (ajo, perejil, aceite de oliva)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

22

Guiso de lentejas con verduras (patata, pim, tomate, cebolla)
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha y pollo
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y refrescos

FESTIVO

23

Arroz con salsa de tomate (tomate, cebolla, pim)
Merluza al ajillo (ajo, aceite)
Tomates aliñados con orégano y aceite de oliva
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

24

Sopa casera de cocido con estrellas (fideos, cebolla, cerdo, puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos, zanahoria, codillo, pollo)
Fruta fresca* y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua

LUNES

27

Coditos a la napolitana (tomate trozos, zanah, cebolla, orégano)
Tortilla francesa
Ensalada de lechuga, pepino y aceituna
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MARTES

28

Alubias pintas con chorizo (chorizo, pimiento, zanahoria, cebolla)
Merluza al horno
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

MIÉRCOLES

29

Arroz con verduras (calabacín, zanah, tomate, cebolla)
Contramuslo de pollo asado en su jugo (aceite)
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

JUEVES

30

Lentejas estofadas con verduras (patata, cebolla, tomate, zanah)
Caballa encebollada (cebolla, aceite)
Ensalada de lechuga, maíz y remolacha
Fruta fresca*
Pan blanco/Pan integral y agua

VIERNES

31

Crema de calabacín (calabacín, cebolla, patata) con picatostes
Estofado de cerdo a la jardinera (zanah., guisante, coliflor, patata, judías)
Patatas cocidas
Fruta fresca* y yogur natural
Pan blanco/Pan integral y agua