

CrEa tu Rutina Saludable En Familia



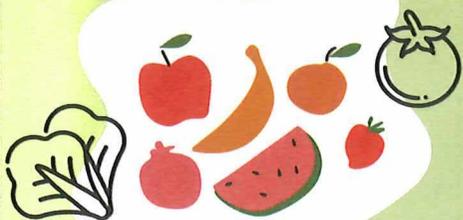
INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



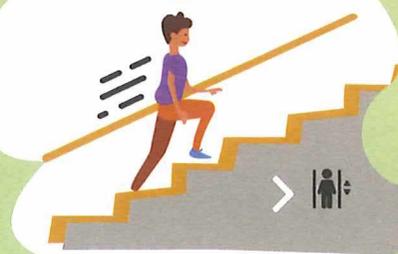
RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN BICICLETA SIEMPRE QUE TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS DIARIOS Y MEJORA TU FLEXIBILIDAD



APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole he comido como primero...	Para cenar puedo comer como primero...
verdura	pasta/arroz
pasta/arroz	verdura
legumbres	verdura pasta/arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole he comido como segundo...	Para cenar puedo comer como segundo...
huevo	carne pescado
pescado	huevo carne
legumbres	verdura huevo
carne	huevo pescado

POSTRE

fruta	lácteo
-------	--------

Entidades colaboradoras:



	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) 1</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>Coditos a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate) 5</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zanah...) 6</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Zanahoria salteada (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) 7</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zanah, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) 8</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón)</p> <p>ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) 9</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento,patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>1</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>2</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>5</p> <p>Coditos a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>6</p> <p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zanah...)</p> <p>Tortilla francesa Zanahoria salteada (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zanah, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno Calabacín salteado (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) 1</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>Coditos a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate) 5</p> <p>Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zana...) 6</p> <p>Tortilla francesa Zanahoria salteada (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) 7</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zana, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (zana.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) 8</p> <p>Merluza a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) 9</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zana, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zana, tom, cebolla, pimiento, ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zana, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Caballa con aceite y ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Limanda al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate (tomate,cebolla,ajo,pimiento) 1</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>Coditos a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano) 5</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zanah...) 6</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Zanahoria salteada (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) 7</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zanah, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) 8</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón)</p> <p>ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) 9</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>1 Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>2 Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>5 Coditos sin huevo a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate) Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>6 Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zanah...) Pechuga de pavo al horno Zanahoria salteada (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>7 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zanah, j.verde, Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>8 Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>9 Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12 NO LECTIVO</p>	<p>13 NO LECTIVO</p>	<p>14 NO LECTIVO</p>	<p>15 Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde) Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16 Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19 Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla) Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20 Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata, Ternera encebollada ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21 Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22 Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23 Macarrones sin huevo con tomate (macarrones, tomate natural triturado, Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26 Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz) Lomo de sajonia al horno Calabacín salteado (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27 Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28 Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29 Espaguetis sin huevo con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) 1</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>
<p>5</p> <p>Coditos a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>6</p> <p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zana...)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Zanahoria salteada (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zana, j.verde,</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zana.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zana, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zana,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zana, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p> <p><i>*excepto kiwi</i></p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	

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

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

1
Arroz con salsa de
tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)
Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

2
Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla,
cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua

*excepto kiwi

*excepto kiwi

5
Coditos a la napolitana
(pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)
Palometa encebollada (cebolla, aceite) con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

6
Alubias con patatas (patata, tomate,
cebolla, pim.rojo y verde, zana...)
Tortilla francesa
Zanahoria salteada (ajo, aceite)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

7
Crema de calabacín
(calabacín,cebolla,patata)
Magro de cerdo en salsa con verduras
(patata, guisante, zana, j.verde,
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

8
Arroz caldoso con verduras
(zana.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)
San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y
pimentón)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

9
Lentejas estofadas con verduras (pimiento,
patata,cebolla,ajo,tomate)
Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal)
ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

12
NO LECTIVO

13
NO LECTIVO

14
NO LECTIVO

15
Arroz con verduras (zana, tomate,
pim.rojo y verde)
Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal)
ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

16
Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla,
cerdo , puerro, ternera, ...)
Cocido completo
(garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

19
Crema de judías verdes (patata, calabacín,
judías verdes, zanahoria, cebolla)
Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde,
cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

20
Alubias blancas con chorizo (alubias
blancas, chorizo de guisar troceado, patata,
Tortilla francesa ensalada de lechuga y
tomate
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

21
Paella de verduras y pollo
(zana,tom,cebolla,pimiento,ajo)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

22
Lentejas estofadas con verduras (pimiento,
patata,cebolla,ajo,tomate)
Magro de cerdo con salsa de zanahorias
(zana, cebolla, aceite...)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

23
Macarrones con tomate (macarrones,
tomate natural triturado, cebolla,
Palometa al horno (aceite y pimentón) con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua
*excepto kiwi

26
Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural
triturado, zanahoria, arroz)
Lomo de sajonia al horno
Calabacín salteado (ajo, aceite)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

27
Arroz con salsa de
tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de
oliva) con ensalada de lechuga y tomate)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

28
Crema de verduras
(acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p
Tortilla de patata y calabacín con ensalada
de lechuga y remolacha
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

29
Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate
natural triturado, cebolla, zanahoria)
Filete de palometa encebollada al
horno(cebolla,ajo,) con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate (tomate,cebolla,ajo,pimiento) 1</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>5</p> <p>Coditos a la napolitana (tomate, zanah, cebolla, orégano)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>6</p> <p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zanah...)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Zanahoria salteada (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zanah, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón)</p> <p>ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate)</p> <p>Jamonicitos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamonicitos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz en blanco(aceite, ajo) 1</p> <p>Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>Sopa de cocido con fideos sin gluten (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Garbanzos con pollo y ternera Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>
<p>5</p> <p>Coditos sin gluten en blanco (aceite, ajo)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>6</p> <p>Alubias con verduras (tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zahan...)</p> <p>Tortilla francesa Zanahoria salteada (ajo, aceite) Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo al horno con ensalada de tomate Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>9</p> <p>Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz salteado con champiñones (champiñones, cebolla)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 16</p> <p>Garbanzos con pollo y ternera Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias con verduras (tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zahan...)</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>22</p> <p>Sopa de ave con arroz (arroz, pollo, zahan, cebolla)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...) Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones sin gluten en blanco (aceite, ajo)</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>
<p>26</p> <p>Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo al horno Calabacín salteado (ajo, aceite) Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz en blanco(aceite, ajo)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p)</p> <p>Tortilla francesa de calabacín con ensalada de tomate Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis sin gluten aglio-olio (espaguetis, ajo, pimentón)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja Pan sin gluten y agua</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>1</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,pimiento)</p> <p>Merluza al horno con lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>2</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>5</p> <p>Coditos sin huevo a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>6</p> <p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zahan...)</p> <p>Pechuga de pavo al horno Zanahoria salteada (aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zahan, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zahan.,tomate,cebolla,pimiento)</p> <p>San Pedro del cabo al horno ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,tomate)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zahan, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Ternera encebollada ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zahan,tom,cebolla,pimiento)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zahan, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones sin huevo con tomate (macarrones, tomate natural triturado,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno Calabacín salteado (aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis sin huevo con tomate (espaguetis, tomate natural triturado,</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

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

TODA LA FRUTA SE CONSUMIRÁ PELADA

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

Arroz con salsa de
tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) **1**
Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla,
cerdo , puerro, ternera, ...) **2**
Cocido completo
(garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua

5
Coditos a la napolitana
(pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)
Palometa encebollada (cebolla, aceite) con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

6
Alubias con patatas (patata, tomate,
cebolla, pim.rojo y verde, zahan...)
Tortilla francesa
Zanahoria salteada (ajo, aceite)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

7
Crema de calabacín
(calabacín,cebolla,patata)
Magro de cerdo en salsa con verduras
(patata, guisante, zahan, j.verde,
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

8
Arroz caldoso con verduras
(zahan.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)
San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y
pimentón)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

9
Lentejas estofadas con verduras (pimiento,
patata,cebolla,ajo,tomate)
Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal)
ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua

12
NO LECTIVO

13
NO LECTIVO

14
NO LECTIVO

15
Arroz con verduras (zahan, tomate,
pim.rojo y verde)
Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal)
ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

16
Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla,
cerdo , puerro, ternera, ...) **16**
Cocido completo
(garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua

19
Crema de judías verdes (patata, calabacín,
judías verdes, zanahoria, cebolla)
Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde,
cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

20
Alubias blancas con chorizo (alubias
blancas, chorizo de guisar troceado, patata,
Tortilla francesa ensalada de lechuga y
tomate
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

21
Paella de verduras y pollo
(zahan,tom,cebolla,pimiento,ajo)
Merluza a la andaluza (harina de trigo)
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

22
Lentejas estofadas con verduras (pimiento,
patata,cebolla,ajo,tomate)
Magro de cerdo con salsa de zanahorias
(zahan, cebolla, aceite...)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

23
Macarrones con tomate (macarrones,
tomate natural triturado, cebolla,
Palometa al horno (aceite y pimentón) con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca * y yogur natural
Pan blanco / integral y agua

26
Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural
triturado, zanahoria, arroz)
Lomo de sajonia al horno
Calabacín salteado (ajo, aceite)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

27
Arroz con salsa de
tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)
Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de
oliva) con ensalada de lechuga y tomate)
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

28
Crema de verduras
(acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p
Tortilla de patata y calabacín con ensalada
de lechuga y remolacha
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

29
Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate
natural triturado, cebolla, zanahoria)
Filete de palometa encebollada al
horno(cebolla,ajo,) con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta fresca *
Pan blanco / integral y agua

LUNES

MARTES

Sin gluten
MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p style="text-align: right;">1</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">2</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan sin gluten y agua</p>
<p style="text-align: right;">5</p> <p>Coditos sin gluten a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">6</p> <p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zana...)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Zanahoria salteada (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zana, j.verde,</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zana.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón)</p> <p>ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">9</p> <p>Garbanzos estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan sin gluten y agua</p>
<p style="text-align: right;">12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p style="text-align: right;">13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p style="text-align: right;">14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p style="text-align: right;">15</p> <p>Arroz con verduras (zana, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamonicos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">16</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin gluten (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan sin gluten y agua</p>
<p style="text-align: right;">19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zana,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">22</p> <p>Garbanzos estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zana, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">23</p> <p>Macarrones sin gluten con tomate (macarrones, tomate natural triturado,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur Pan sin gluten y agua</p>
<p style="text-align: right;">26</p> <p>Alubias con arroz (alubias, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	<p style="text-align: right;">29</p> <p>Espaguetis sin gluten con tomate (espaguetis, tomate natural triturado,</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca Pan sin gluten y agua</p>	

	<p>VARIEDAD DE LAS FRUTAS DEL MENÚ: MANZANA, PERA, NARANJA Y SANDIA. LA OFERTA DE FRUTAS PODRÁ VARIAR EN FUNCIÓN DE LA DISPONIBILIDAD DE LAS MISMAS</p>	<p>Sin huevo, plátano, f.secos, leche</p> <p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>
<p>5</p> <p>Coditos sin huevo a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)</p> <p>Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>6</p> <p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zahan...)</p> <p>Pechuga de pavo al horno</p> <p>Zanahoria salteada (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>7</p> <p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata)</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zahan, j.verde,</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>8</p> <p>Arroz caldoso con verduras (zahan.,tomate,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón)</p> <p>ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>
<p>12</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>14</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zahan, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal)</p> <p>ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Ternera encebollada ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zahan,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Merluza a la andaluza (harina de trigo)</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zahan, cebolla, aceite...)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>	<p>23</p> <p>Macarrones sin huevo con tomate (macarrones, tomate natural triturado,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p> <p>*excepto plátano</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno</p> <p>Calabacín salteado (ajo, aceite)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p</p> <p>Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis sin huevo con tomate (espaguetis, tomate natural triturado,</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>1 Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>2 Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p>
<p>5 Coditos sin huevo a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate) Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>6 Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zana...) Filete de cerdo al horno ensalada de lechugay zanahoria Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>7 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Estofado de ternera con menestra(zanah.,guisante,coliflor,patata,ju) Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>8 Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>9 Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) Pollo salteado con cebolla ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12 FESTIVO</p>	<p>13 FESTIVO</p>	<p>14 FESTIVO</p>	<p>15 Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde) Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla) con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16 Sopa de cocido con fideos sin huevo (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo) Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19 Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla) Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20 Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata, ...) Filete de merluza al horno ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21 Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo) Limanda al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22 Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) Albóndigas mixtas (cerdo, ternera) en salsa con verduritas (zanahoria,guisante,jud.verd,patata) Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23 Macarrones sin huevo con tomate (macarrones, tomate natural triturado, ...) Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca * y yogur natural Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26 Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz) Lomo de sajonia al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27 Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate) Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28 Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p...) Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29 Espaguetis sin huevo con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, ...) Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca * Pan blanco / integral y agua</p>	

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>1 Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>2 Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...) Garbanzos con zanahoria ,pollo, chorizo y patata Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>
<p>5 Coditos a la napolitana (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate) Palometa encebollada (cebolla, aceite) con ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>6 Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zanah...) Tortilla francesa Zanahoria salteada (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>7 Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) Magro de cerdo en salsa con verduras (patata, guisante, zanah, j.verde, Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>8 Arroz caldoso con verduras (zanah.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>9 Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12 NO LECTIVO</p>	<p>13 NO LECTIVO</p>	<p>14 NO LECTIVO</p>	<p>15 Arroz con verduras (zanah, tomate, pim.rojo y verde) Jamoncitos de pollo al horno (aceite, sal) ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16 Sopa de ave con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ...) Garbanzos con zanahoria ,pollo, chorizo y patata Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19 Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla) Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20 Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata, Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21 Paella de verduras y pollo (zanah,tom,cebolla,pimiento,ajo) Merluza a la andaluza (harina de trigo) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22 Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate) Magro de cerdo con salsa de zanahorias (zanah, cebolla, aceite...) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23 Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla, Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26 Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz) Lomo de sajonia al horno Calabacín salteado (ajo, aceite) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27 Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28 Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29 Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria) Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	

	<p>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</p>	<p>Atendiendo RL 1169/2011 puede solicitar al personal de SERUNION, la información de sustancias que puedan causar alergias o intolerancias</p>	<p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento) 1</p> <p>Merluza al ajillo (merluza, ajo, aceite) con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...) 2</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco / integral y agua</p>
<p>Coditos a la napolitana 5 (pim.rojo,pim.verde,cebolla,tomate)</p> <p>Palometa en salsa de puerros (puerro,ajo,cebolla) con ensalada de lechuga y maiz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Alubias con patatas (patata, tomate, cebolla, pim.rojo y verde, zana...) 6</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechugay zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Crema de calabacín (calabacín,cebolla,patata) 7</p> <p>Estofado de ternera con menestra(zana.,guisante,coliflor,patata,ju)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (zana.,tomate,cebolla,pimiento,ajo) 8</p> <p>San Pedro del cabo a la bilbaína (ajo y pimentón) ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata, cebolla, ajo, tomate) 9</p> <p>Pollo salteado con cebolla ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco / integral y agua</p>
<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>FESTIVO</p>	<p>14</p> <p>FESTIVO</p>	<p>15</p> <p>Arroz con verduras (zana, tomate, pim.rojo y verde)</p> <p>Caballa con salsa de tomate (tomate, cebolla) con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con fideos (fideos, cebolla, cerdo , puerro, ternera, ...)</p> <p>Cocido completo (garbanzos,zanahoria,codillo,pollo)</p> <p>Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco / integral y agua</p>
<p>19</p> <p>Crema de judías verdes (patata, calabacín, judías verdes, zanahoria, cebolla)</p> <p>Filete de pollo en salsa (pim. Rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria...) con arroz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas con chorizo (alubias blancas, chorizo de guisar troceado, patata,</p> <p>Tortilla francesa ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>21</p> <p>Paella de verduras y pollo (zana,tom,cebolla,pimiento,ajo)</p> <p>Limanda al horno con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (pimiento, patata,cebolla,ajo,tomate)</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo, ternera) en salsa con verduritas (zanahoria,guisante,jud.verd,patata) Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>23</p> <p>Macarrones con tomate (macarrones, tomate natural triturado, cebolla,</p> <p>Palometa al horno (aceite y pimentón) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y yogur de soja Pan blanco / integral y agua</p>
<p>26</p> <p>Lentejas con arroz (lentejas, tomate natural triturado, zanahoria, arroz)</p> <p>Lomo de sajonia al horno con ensalada de lechuga yzanahoria Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>27</p> <p>Arroz con salsa de tomate(tomate,cebolla,ajo,pimiento)</p> <p>Merluza al horno (ajo, perejil, aceite de oliva) con ensalada de lechuga y tomate)</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras (acelgas,Jud.ver.,puerro,calabaza,cebolla,p)</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	<p>29</p> <p>Espaguetis con tomate (espaguetis, tomate natural triturado, cebolla, zanahoria)</p> <p>Filete de palometa encebollada al horno(cebolla,ajo,) con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco / integral y agua</p>	