

ABRIL 2022

MENÚ BASAL

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas (lenteja, patata, zanahoria, tomate)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados</p> <p>Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:893,9 Prot:59,78 Lip:27,97 HC:94,13</p>	<p>Arroz a la milanesa (arroz, carne picada mixta, zanahoria, guisantes, cebolla, pimienta,</p> <p>Tortilla de patatas (patata, huevo) Con ensalada Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:895,13 Prot:25,13 Lip:27,47 HC:129,33</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, pollo, zanahoria, puerro)</p> <p>Cocido completo (garbanzos, patata, ternera, tocino, zanahoria)</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:858,82 Prot:42,94 Lip:30,47 HC:96,89</p>	<p>Crema de calabaza (zanahoria, calabaza, patata)</p> <p>Cordon bleu Con ensalada Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:882,73 Prot:31,48 Lip:33,02 HC:106,1</p>	<p>Macarrones napolitana (macarrones, zanahoria, cebolla, tomate)</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:766,78 Prot:44,39 Lip:10,55 HC:94,63</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacin (calabacin, patata)</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:669,54 Prot:40,83 Lip:15,03 HC:86,88</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry (menestra, patata) Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:831,42 Prot:52,19 Lip:30,22 HC:82,25</p>	<p>Alubias pintas estofadas (alubias, patata, zanahoria, pimienta, cebolla, tomate)</p> <p>Merluza empanada Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:910,94 Prot:34,36 Lip:21,49 HC:132,41</p>	<p>Espirales ecológicos con chorizo y tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera (menestra, patata, champiñones, cebolla, tomate) Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:993,99 Prot:30,56 Lip:46,48 HC:135,52</p>	<p>Paella mediterránea (arroz, gamba, pota, mejillón, cebolla, pimienta, tomate)</p> <p>Tortilla de espinacas (huevo, patata, espinacas) Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:870,11 Prot:50,62 Lip:21,03 HC:115,26</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro (lenteja, patata, puerro, zanahoria, tomate)</p> <p>Merluza a la mediterránea (pimiento rojo, verde, zanahoria, cebolla) Con ensalada Yogurt / pan / agua</p> <p>Kcal:664,82 Prot:46,3 Lip:10,26 HC:88,83</p>	<p>Patatas a la riojana (patata, chorizo, cebolla, pimienta)</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:942,11 Prot:36,41 Lip:55,24 HC:92,58</p>	<p>Arroz con verduras (arroz, cebolla, calabacin, calabaza, pimienta, tomate)</p> <p>Tortilla de calabacin (huevo, patata, calabacin) Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:964,39 Prot:37,53 Lip:37,16 HC:112,18</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas (alubias, patata, zanahoria, pimienta, cebolla, tomate)</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal (pimiento rojo, cebolla, tomate)</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:785,72 Prot:50,5 Lip:21,27 HC:86,78</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema (cebolla, puerro, zanahoria, nata) Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:688,92 Prot:44,98 Lip:11,08 HC:97,71</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo (jamón york, huevo)</p> <p>Goulash de ternera (zanahoria, pimienta, puerro, cebolla) Con patatas Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:901,24 Prot:72,6 Lip:37,31 HC:62,95</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz (lentejas, arroz)</p> <p>Tortilla de patatas (patata, huevo) Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:994,6 Prot:39,29 Lip:28,27 HC:135,9</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogurt / pan / agua</p> <p>Kcal:853,13 Prot:38,97 Lip:40,06 HC:79,68</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz ecológico con tomate (Arroz, tomate)</p> <p>Fogonero en salsa marinera (zanahoria, mejillón, calamar) Con guisantes Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:888,93 Prot:52,9 Lip:16,1 HC:122,34</p>	<p>Alubias pintas estofadas (alubias, patata, zanahoria, pimienta, cebolla, tomate)</p> <p>Burger meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:969,91 Prot:41,76 Lip:45,59 HC:86,53</p>	<p>Crema de brócoli (brócoli, patata)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:757,89 Prot:46,04 Lip:23,56 HC:83,67</p>	<p>Sopa de cocido con fideos (fideos, pollo, zanahoria, puerro)</p> <p>Cocido completo (garbanzos, patata, ternera, tocino, zanahoria)</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:882,73 Prot:31,48 Lip:33,02 HC:106,1</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:861,45 Prot:45,7 Lip:31,27 HC:104,89</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

OPCIÓN B

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Sopa de verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:718,73 Prot:23,46 Lip:24,64 HC:94,39</p>	<p>Guisantes salteados con jamón york</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:903,81 Prot:52,71 Lip:29,56 HC:98,9</p>	<p>Patatas guisadas con verduras</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) de ternera al horno Con verduras Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:856,9 Prot:51,03 Lip:28,94 HC:86,13</p>	<p>Alubias blancas estofadas (alubias, patata, zanahoria, pimiento, cebolla, tomate)</p> <p>Atún encebollado Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:884,33 Prot:29,61 Lip:46,99 HC:96,17</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Guiso de pavo al curry Con patatas Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:857,76 Prot:67,37 Lip:30,31 HC:69,21</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Lentejas con verduras</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con ensalada Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:905,27 Prot:69,59 Lip:28,15 HC:85,99</p>	<p>Tallarines con pollo y verduras wok</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:933,55 Prot:33,52 Lip:30,1 HC:122,68</p>	<p>Menestra de verduras con patatas</p> <p>Burguer meat (albóndigas) mixtas a la jardinera</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:843,22 Prot:37,64 Lip:45,78 HC:67,46</p>	<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Merluza en salsa verde Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:814,24 Prot:49,98 Lip:22,66 HC:91,55</p>	<p>Patatas estofadas con carne</p> <p>Estofado de pollo con verduras Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:628,67 Prot:34,83 Lip:15,07 HC:82,35</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Guiso de pavo al curry Con verduras Yogurt / pan / agua</p> <p>Kcal:742,01 Prot:49,09 Lip:25,17 HC:73,37</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Jurel al horno con ajo y perejil Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:904,48 Prot:44,01 Lip:34,56 HC:91,49</p>	<p>Crema de zanahoria y champiñones</p> <p>Croquetas de jamón Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:762,81 Prot:27,31 Lip:27,28 HC:93,25</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Sopa de verduras con lluvia</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:634,08 Prot:19,21 Lip:20,7 HC:91,32</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) de ternera al horno Con verduras Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:884,33 Prot:29,61 Lip:46,99 HC:96,17</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Guiso de pavo al curry Con zanahoria Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:891,85 Prot:49,62 Lip:32 HC:98</p>	<p>Guisantes salteados con patatas</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:864,87 Prot:53,98 Lip:31,43 HC:85,75</p>	<p>Arroz con pollo</p> <p>Salmón al horno Con ensalada Yogurt / pan / agua</p> <p>Kcal:629,54 Prot:45,31 Lip:9,94 HC:70,05</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Estofado de cerdo a la jardinera</p> <p>Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:803,53 Prot:52,92 Lip:20,77 HC:93,68</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Palometa en salsa de naranja Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:768,63 Prot:26,26 Lip:21,22 HC:108,03</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:653,61 Prot:40,87 Lip:15,1 HC:82,61</p>	<p>Patatas guisadas con verduras</p> <p>Merluza en salsa verde Con guisantes Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:654,42 Prot:40,5 Lip:13,79 HC:73,68</p>	<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:979,88 Prot:70,48 Lip:32,96 HC:90,21</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Diabético sin sal / Colesterol sin sal / Hipocalórico amplio sin sal / Bajo en grasa sin sal

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Lentejas estofadas (sin sal añadida) Jamonicos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:804,51 Prot:53,8 Lip:25,18 HC:84,72	Arroz a la milanesa (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:805,62 Prot:22,61 Lip:24,72 HC:86,4	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Garbanzos estofados con verduras (sin sal añadida) Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:772,93 Prot:38,64 Lip:27,42 HC:87,2	Crema de calabaza (sin sal añadida) Pechuga de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Compota / Pan / Agua Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49	Macarrones napolitana (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Compota / Pan / Agua Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:85,17
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Crema de calabacín (sin sal añadida) Palometa en salsa de cebolla (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19	Judías verdes con patatas al ajorrero (sin sal añadida) Estofado de pollo al curry (sin sal añadida) Con verduras Fruta / pan / agua Kcal:748,27 Prot:46,97 Lip:27,19 HC:74,02	Alubias pintas estofadas (sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:89,17	Espirales en salsa de tomate (sin sal añadida) Magro de cerdo con tomate (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:81,97	Arroz con verduras (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:825,6 Prot:45,04 Lip:17,74 HC:89,39
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas estofadas con puerro (sin sal añadida) Merluza a la mediterránea (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:598,34 Prot:41,67 Lip:9,23 HC:79,94	Patatas estofadas con verduras (sin sal añadida) Escalope de pollo asado (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:847,9 Prot:32,77 Lip:49,71 HC:83,32	Arroz con verduras (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:88,96	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Alubias blancas estofadas (sin sal añadida) al estilo provenzal (sin sal añadida) Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:707,15 Prot:45,45 Lip:19,14 HC:78,1	Macarrones en salsa de tomate (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:620,03 Prot:40,48 Lip:9,97 HC:87,94	Sopa de ave con pistones (sin sal añadida) Goulash de ternera (sin sal añadida) Con patatas Fruta / pan / agua Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:60,8	Lentejas guisadas con arroz (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta / pan / agua Kcal:895,14 Prot:35,36 Lip:25,44 HC:82,31	Judías verdes con patatas (sin sal añadida) Muslo de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:71,72
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz blanco en salsa de tomate (sin sal añadida) Fogonero al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:90,11	Alubias pintas estofadas (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:872,92 Prot:37,59 Lip:41,03 HC:77,88	Crema de brócoli (sin sal añadida) Jamonicos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Garbanzos estofados con verduras (sin sal añadida) Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49	Coditos salteados y verduras wok (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:775,3 Prot:41,13 Lip:28,15 HC:84,4

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Fácil masticación sin sal / Fácil masticación diabético sin sal / Fácil masticación hipocalórico amplio sin sal

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas (sin sal añadida)</p> <p>Guiso de pollo estofado Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:880,57 Prot:61,04 Lip:24,82 HC:96,4</p>	<p>Coliflor al ajoarriero (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla de patatas (sin sal añadida) Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:653,61 Prot:20,99 Lip:23,54 HC:79,54</p>	<p>sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras (sin sal añadida)</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:889,93 Prot:36,75 Lip:45,08 HC:86,82</p>	<p>Crema de calabaza (sin sal añadida)</p> <p>Salchichas de ave Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Macarrones napolitana (sin sal añadida)</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:691,5 Prot:46,01 Lip:13,29 HC:99,12</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:548,34 Prot:17,47 Lip:13,59 HC:96,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero (sin sal añadida)</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:716,36 Prot:49,03 Lip:23,84 HC:72,62</p>	<p>Alubias pintas estofadas (sin sal añadida)</p> <p>Burguer meat (albóndigas) mixtas a la jardinera Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:649,04 Prot:40,92 Lip:14,94 HC:80,83</p>	<p>Espirales en salsa de tomate (sin sal añadida)</p> <p>Salchichas de cerdo al horno Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:81,97</p>	<p>Arroz con verduras (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla francesa Con champiñones Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:962,4 Prot:35,85 Lip:40,13 HC:97,67</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro (sin sal añadida)</p> <p>Merluza a la mediterránea (sin sal añadida) Con verduras Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:664,82 Prot:46,3 Lip:10,26 HC:88,83</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (sin sal añadida)</p> <p>de pollo al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:986,8 Prot:40,75 Lip:59,05 HC:85,72</p>	<p>Arroz con verduras (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla de calabacín Con champiñones Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:88,96</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas (sin sal añadida)</p> <p>Revuelto de huevo y cebolla Con patatas Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:897,97 Prot:36,99 Lip:39,25 HC:93,48</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate (sin sal añadida)</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:688,92 Prot:44,98 Lip:11,08 HC:97,71</p>	<p>Sopa de ave con pistones (sin sal añadida)</p> <p>de ternera al horno (sin sal añadida) Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:728,45 Prot:48,01 Lip:20,37 HC:80,85</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla de patatas Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:873,39 Prot:35,23 Lip:25,61 HC:77,47</p>	<p>Judías verdes con patatas (sin sal añadida)</p> <p>de pollo al horno (sin sal añadida) Con champiñones Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:885,82 Prot:32,46 Lip:49,03 HC:95,64</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate (sin sal añadida)</p> <p>Fogonero al horno Con guisantes Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:715,01 Prot:19,44 Lip:13,85 HC:97,5</p>	<p>Alubias pintas estofadas (sin sal añadida)</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno (sin sal añadida) Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:969,91 Prot:41,76 Lip:45,59 HC:86,53</p>	<p>Crema de brócoli (sin sal añadida)</p> <p>Estofado de ave Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:836,22 Prot:32,92 Lip:39,25 HC:94,24</p>	<p>sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras (sin sal añadida)</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Coditos salteados con verduras wok (sin caldo)</p> <p>Tortilla francesa (sin sal añadida) Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:737,49 Prot:38,82 Lip:23,98 HC:97,43</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Fácil masticación / Fácil masticación diabético / Fácil masticación hipocalórico amplio / Rica en fibra / Sin arroz

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Guiso de pollo estofado Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:880,57 Prot:61,04 Lip:24,82 HC:96,4</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Tortilla de patatas Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:653,61 Prot:20,99 Lip:23,54 HC:79,54</p>	<p>sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:889,93 Prot:36,75 Lip:45,08 HC:86,82</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Salchichas de ave Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:691,5 Prot:46,01 Lip:13,29 HC:99,12</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:548,34 Prot:17,47 Lip:13,59 HC:96,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:716,36 Prot:49,03 Lip:23,84 HC:72,62</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burger meat (albóndigas) mixtas a la jardinera</p> <p>Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:649,04 Prot:40,92 Lip:14,94 HC:80,83</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Salchichas de cerdo al horno Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:747,95 Prot:20,76 Lip:23,35 HC:91,02</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Tortilla francesa Con champiñones Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:962,4 Prot:35,85 Lip:40,13 HC:97,67</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con verduras Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:664,82 Prot:46,3 Lip:10,26 HC:88,83</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Burger meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:986,8 Prot:40,75 Lip:59,05 HC:85,72</p>	<p>Brócoli al natural</p> <p>Tortilla de calabacín Con champiñones Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:88,96</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Revuelto de huevo y cebolla Con patatas Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:897,97 Prot:36,99 Lip:39,25 HC:93,48</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:688,92 Prot:44,98 Lip:11,08 HC:97,71</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Burger meat (hamburguesa) de ternera al horno Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:728,45 Prot:48,01 Lip:20,37 HC:80,85</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Tortilla de patatas Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:740,9 Prot:29,87 Lip:26,3 HC:77,9</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Burger meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con champiñones Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:885,82 Prot:32,46 Lip:49,03 HC:95,64</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Espinacas rehogadas</p> <p>Fogonero al horno Con guisantes Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:521,16 Prot:20,71 Lip:13,91 HC:79,06</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burger meat (hamburguesa) mixta al horno Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:969,91 Prot:41,76 Lip:45,59 HC:86,53</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Estofado de ave Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:836,22 Prot:32,92 Lip:39,25 HC:94,24</p>	<p>sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Coditos salteados con verduras wok (sin caldo)</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:737,49 Prot:38,82 Lip:23,98 HC:97,43</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Diabético sin legumbre / Hipocalórico sin legumbre

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:764,28 Prot:51,11 Lip:23,92 HC:80,48</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:805,62 Prot:22,61 Lip:24,72 HC:86,4</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:85,17</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:706,7 Prot:44,36 Lip:25,68 HC:69,91</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:713,27 Prot:26,9 Lip:16,83 HC:77,58</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:81,97</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:825,6 Prot:45,04 Lip:17,74 HC:89,39</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:682,5 Prot:38,57 Lip:11,73 HC:73,15</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,9 Prot:32,77 Lip:49,71 HC:83,32</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:771,51 Prot:30,02 Lip:29,73 HC:75,74</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:628,58 Prot:40,4 Lip:17,01 HC:69,42</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,2 Prot:46,3 Lip:11,1 HC:95,02</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:973,33 Prot:78,41 Lip:40,29 HC:67,98</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:795,68 Prot:31,43 Lip:22,61 HC:88,72</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:71,72</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:90,11</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:775,93 Prot:33,41 Lip:36,47 HC:69,23</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:776,8 Prot:27,71 Lip:29,06 HC:82,37</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:775,3 Prot:41,13 Lip:28,15 HC:84,4</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Régimen / Hipocalórico estricto / Rica en fibra / Rica en potasio

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:812,55 Prot:54,34 Lip:25,43 HC:85,57</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:716,11 Prot:20,1 Lip:21,97 HC:73,5</p>	<p>Sopa vegetal con fideos</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:772,93 Prot:38,64 Lip:27,42 HC:87,2</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:620,56 Prot:22,13 Lip:23,21 HC:74,59</p>	<p>Menestra de verduras</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:613,42 Prot:35,51 Lip:8,44 HC:75,7</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:763,24 Prot:47,91 Lip:27,74 HC:75,5</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:89,17</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con calabaza Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:795,19 Prot:24,45 Lip:37,18 HC:81,97</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:696,09 Prot:40,5 Lip:16,82 HC:92,64</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:531,86 Prot:37,04 Lip:8,21 HC:71,06</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,9 Prot:32,77 Lip:49,71 HC:83,32</p>	<p>Crema de zanahoria y champiñones</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:763,79 Prot:29,72 Lip:29,43 HC:74,98</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:707,15 Prot:45,45 Lip:19,14 HC:78,1</p>	<p>Menestra de verduras</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:551,14 Prot:35,98 Lip:8,86 HC:78,17</p>	<p>Sopa vegetal con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:60,8</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:913,04 Prot:36,07 Lip:25,95 HC:83,96</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:71,72</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Espinacas rehogadas</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:711,15 Prot:42,32 Lip:12,88 HC:87,87</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:872,92 Prot:37,59 Lip:41,03 HC:77,88</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3</p>	<p>Sopa vegetal con fideos</p> <p>Cinta de lomo al horno Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:706,18 Prot:25,19 Lip:26,42 HC:74,88</p>	<p>Judías verdes salteadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:689,16 Prot:36,56 Lip:25,02 HC:83,91</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Astringente / Sin lactosa /sin sal añadida

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Patata en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:661,48 Prot:44,24 Lip:20,7 HC:69,66</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla francesa (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:662,4 Prot:18,59 Lip:20,32 HC:95,7</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Jamón de cerdo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:635,52 Prot:31,77 Lip:22,55 HC:71,69</p>	<p>Crema de calabaza (sin sal añadida)</p> <p>Pechuga de pavo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con patatas Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:567,42 Prot:32,85 Lip:7,8 HC:70,02</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:495,46 Prot:30,21 Lip:11,12 HC:64,29</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pollo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:706,7 Prot:44,36 Lip:25,68 HC:69,91</p>	<p>Patata en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:674,1 Prot:25,42 Lip:15,9 HC:97,98</p>	<p>Espirales en blanco (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:735,55 Prot:22,61 Lip:34,4 HC:100,29</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla francesa (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:643,88 Prot:37,46 Lip:15,56 HC:85,29</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Patata en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:491,97 Prot:34,26 Lip:7,59 HC:65,73</p>	<p>Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Escalope de pollo asado (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:697,16 Prot:26,94 Lip:40,87 HC:68,51</p>	<p>Arroz blanco con calabaza (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla francesa (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:713,64 Prot:27,77 Lip:27,5 HC:83,01</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Sopa de ave con lluvia (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:581,43 Prot:37,37 Lip:15,74 HC:64,21</p>	<p>Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:509,8 Prot:33,28 Lip:8,2 HC:72,3</p>	<p>Sopa de ave con pistones (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con patatas Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:766,05 Prot:61,71 Lip:31,71 HC:53,5</p>	<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla francesa (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:755,91 Prot:29,83 Lip:21,47 HC:84,26</p>	<p>calabacín y calabaza (sin sal añadida)</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:631,32 Prot:28,84 Lip:29,64 HC:58,96</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:657,81 Prot:39,14 Lip:11,91 HC:90,53</p>	<p>Patata en blanco Con zanahoria (sin sal añadida)</p> <p>Con calabacín Con calabacín Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:717,73 Prot:30,9 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:644,21 Prot:39,13 Lip:20,02 HC:71,12</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con patatas Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Pasta en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Tortilla francesa (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (Manzana / Plátano)</p> <p>Kcal:637,47 Prot:33,81 Lip:23,14 HC:77,62</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Protección gástrica / Protección biliar / Sin legumbres / Sin verduras flatulentas/ Diabética / Sin sal

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas al natural (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Yogurt desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:759,81 Prot:50,81 Lip:23,78 HC:80,01</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:662,4 Prot:18,59 Lip:20,32 HC:95,7</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Jamón de cerdo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:635,52 Prot:31,77 Lip:22,55 HC:71,69</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con patatas Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:620,56 Prot:22,13 Lip:23,21 HC:74,59</p>	<p>Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:567,42 Prot:32,85 Lip:7,8 HC:70,02</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:569,11 Prot:34,7 Lip:12,78 HC:73,85</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pollo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:706,7 Prot:44,36 Lip:25,68 HC:69,91</p>	<p>Patata en blanco(laurel,perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:674,1 Prot:25,42 Lip:15,9 HC:97,98</p>	<p>Espirales en blanco (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Yogurt desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:778,3 Prot:23,92 Lip:36,36 HC:71,34</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pavo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:643,88 Prot:37,46 Lip:15,56 HC:85,29</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Patata en blanco (sin sal añadida)</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:565,1 Prot:39,36 Lip:8,72 HC:75,5</p>	<p>Macarrones en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Escalope de pollo asado (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:800,79 Prot:30,95 Lip:46,95 HC:78,69</p>	<p>Arroz blanco con calabaza (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pavo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:713,64 Prot:27,77 Lip:27,5 HC:83,01</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Sopa de ave con lluvia (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:667,86 Prot:42,92 Lip:18,08 HC:73,76</p>	<p>Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida)</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:509,8 Prot:33,28 Lip:8,2 HC:72,3</p>	<p>Sopa de ave con pistones (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con patatas Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:766,05 Prot:61,71 Lip:31,71 HC:53,5</p>	<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pavo al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:755,91 Prot:29,83 Lip:21,47 HC:84,26</p>	<p>calabacín y calabaza (sin sal añadida)</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:725,16 Prot:33,12 Lip:34,05 HC:67,73</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Espinacas rehogadas</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:711,15 Prot:42,32 Lip:12,88 HC:87,87</p>	<p>Patata en blanco Con zanahoria (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabacín Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:717,73 Prot:30,9 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de calabacín (sin sal añadida)</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:644,21 Prot:39,13 Lip:20,02 HC:71,12</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con patatas Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:737,9 Prot:26,3 Lip:27,64 HC:78,28</p>	<p>Pasta en blanco (sin sal añadida)</p> <p>Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (no ácida) / pan / agua</p> <p>Kcal:637,47 Prot:33,81 Lip:23,14 HC:77,62</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Ovolactovegetariana

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:911,77 Prot:60,98 Lip:28,53 HC:96,01</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:913,04 Prot:25,63 Lip:28,02 HC:131,92</p>	<p>Sopa vegetal con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:875,99 Prot:43,8 Lip:31,08 HC:98,82</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:900,38 Prot:32,11 Lip:33,68 HC:108,22</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:782,12 Prot:45,28 Lip:10,76 HC:96,52</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:682,93 Prot:41,65 Lip:15,33 HC:88,62</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Tortilla de patatas Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:848,05 Prot:53,23 Lip:30,82 HC:83,89</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Brócoli con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:929,16 Prot:35,04 Lip:21,92 HC:135,06</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Acelgas con patatas Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:1013,87 Prot:31,17 Lip:47,41 HC:138,23</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:887,51 Prot:51,63 Lip:21,45 HC:117,57</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:678,12 Prot:47,23 Lip:10,47 HC:90,6</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Macarrones con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:960,95 Prot:37,14 Lip:56,34 HC:94,43</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:983,67 Prot:38,28 Lip:37,91 HC:114,42</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:801,44 Prot:51,51 Lip:21,69 HC:88,51</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:702,7 Prot:45,88 Lip:11,3 HC:99,66</p>	<p>Sopa vegetal con pistones</p> <p>Guisantes salteados con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:919,26 Prot:74,05 Lip:38,05 HC:64,2</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1014,49 Prot:40,08 Lip:28,83 HC:138,62</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:870,19 Prot:39,75 Lip:40,86 HC:81,28</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Espinacas rehogadas</p> <p>Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:906,71 Prot:53,96 Lip:16,42 HC:124,79</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:989,31 Prot:42,6 Lip:46,5 HC:88,26</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:773,05 Prot:46,96 Lip:24,03 HC:85,34</p>	<p>Sopa vegetal con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:900,38 Prot:32,11 Lip:33,68 HC:108,22</p>	<p>Coditos salteados con verduras wok (sin pollo, sin caldo)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:878,68 Prot:46,61 Lip:31,9 HC:106,99</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Baja en ácido úrico y purinas

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:804,51 Prot:53,8 Lip:25,18 HC:84,72</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:805,62 Prot:22,61 Lip:24,72 HC:86,4</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:85,17</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:535,63 Prot:32,66 Lip:12,03 HC:69,5</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:89,17</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:81,97</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:743,94 Prot:43,28 Lip:17,98 HC:89,05</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:682,5 Prot:38,57 Lip:11,73 HC:73,15</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,9 Prot:32,77 Lip:49,71 HC:83,32</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:88,96</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:671,79 Prot:43,18 Lip:18,18 HC:74,19</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,2 Prot:46,3 Lip:11,1 HC:95,02</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:60,8</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:895,14 Prot:35,36 Lip:25,44 HC:82,31</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:71,72</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:90,11</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,27 Prot:35,71 Lip:38,98 HC:73,99</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:793,46 Prot:43,87 Lip:28,16 HC:92,4</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sintrom / Sintrom diabético

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:804,51 Prot:53,8 Lip:25,18 HC:84,72</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:805,62 Prot:22,61 Lip:24,72 HC:116,4</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:95,49</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:85,17</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:740,3 Prot:48,5 Lip:23,8 HC:75,85</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con champiñones Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:119,17</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con calabaza Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:121,97</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:783,1 Prot:45,56 Lip:18,92 HC:103,74</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con zanahoria Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:598,34 Prot:41,67 Lip:9,23 HC:79,94</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,9 Prot:32,77 Lip:49,71 HC:83,32</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:100,96</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:707,15 Prot:45,45 Lip:19,14 HC:78,1</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:620,03 Prot:40,48 Lip:9,97 HC:87,94</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:60,8</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:895,14 Prot:35,36 Lip:25,44 HC:122,31</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con zanahoria Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:71,72</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:110,11</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Buguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:872,92 Prot:37,59 Lip:41,03 HC:77,88</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con calabaza Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:95,49</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:775,3 Prot:41,13 Lip:28,15 HC:94,4</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin tomate / Sin tomate sin sal / Sin zanahoria / Bajo en grasa / Sin lactosa

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Lentejas estofadas (sin tomate, sin zanahoria) (sin sal añadida) Jamonicos de pollo asados (sin sal añadida) Con calabaza Yogur de soja / pan / agua Kcal:849,2 Prot:56,79 Lip:26,58 HC:89,43	Coliflor al ajoarriero (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:850,38 Prot:23,87 Lip:26,09 HC:122,86	zanahoria, sin caldo) (sin sal añadida) Garbanzos estofados con carne (sin tomate y sin Yogurt de soja / Pan /Agua Kcal:815,87 Prot:40,79 Lip:28,95 HC:92,04	Crema de brócoli (sin sal añadida) Pechuga de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:838,59 Prot:29,91 Lip:31,37 HC:100,79	Macarrones en blanco (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:728,44 Prot:42,17 Lip:10,02 HC:89,9
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Crema de calabacín (sin sal añadida) Palometa en salsa de cebolla (sin sal añadida) Yogurt de soja / Pan /Agua Kcal:636,06 Prot:38,79 Lip:14,28 HC:82,54	Judías verdes con patatas al ajoarriero (sin sal añadida) Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:770,56 Prot:46,2 Lip:27,05 HC:71,43	Alubias pintas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)(sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:865,39 Prot:32,64 Lip:20,42 HC:125,79	Espirales en blanco (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con calabaza Yogur de soja / pan / agua Kcal:944,29 Prot:29,03 Lip:44,16 HC:128,75	Arroz con verduras (sin tomate, sin zanahoria)(sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:826,61 Prot:48,09 Lip:19,97 HC:109,5
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas estofadas con puerro (sin tomate, sin zanahoria) (sin sal añadida) Merluza al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con ensalada Yogur de soja / pan / agua Kcal:631,58 Prot:43,99 Lip:9,75 HC:84,38	Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria) (sin sal añadida) Escalope de pollo asado (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:895 Prot:34,59 Lip:52,47 HC:87,95	Arroz blanco con calabaza (sin tomate, sin zanahoria)(sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:916,17 Prot:35,65 Lip:35,31 HC:106,57	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
tomate sin zanahoria) (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt de soja / Pan /Agua Kcal:746,44 Prot:47,97 Lip:20,21 HC:82,44	Macarrones en blanco (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:654,47 Prot:42,73 Lip:10,52 HC:92,82	Sopa de ave con pistones (sin ajo) (sin sal añadida) tomate, sin zanahoria) (sin sal añadida) Con patatas Fruta / pan / agua Kcal:856,17 Prot:68,97 Lip:35,44 HC:59,8	(sin tomate, sin zanahoria, sin pimentón) (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:944,87 Prot:37,33 Lip:26,85 HC:129,11	Judías verdes con patatas (sin sal añadida) Muslo de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogur de soja / pan / agua Kcal:810,47 Prot:37,02 Lip:38,06 HC:75,7
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz en blanco (sin sal añadida) Fogonero al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogur de soja / pan / agua Kcal:844,49 Prot:50,25 Lip:15,29 HC:116,22	Alubias pintas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)(sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:921,42 Prot:39,68 Lip:43,31 HC:82,21	Crema de brócoli (sin sal añadida) Jamonicos de pollo asados (sin sal añadida) Con calabaza Fruta / pan / agua Kcal:720 Prot:43,74 Lip:22,38 HC:79,48	Sopa de ave con fideos (sin zanahoria, sin caldo) (sin sal añadida) Garbanzos estofados con carne (sin tomate y sin Yogurt de soja / Pan /Agua Kcal:838,59 Prot:29,91 Lip:31,37 HC:100,79	Pasta en blanco Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:818,37 Prot:43,41 Lip:29,71 HC:99,65

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin huevo / Sin frutos secos / Sin marisco

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:822,38 Prot:55 Lip:25,74 HC:86,6</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:823,52 Prot:23,12 Lip:25,27 HC:118,98</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:790,11 Prot:39,5 Lip:28,03 HC:89,13</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:812,11 Prot:28,96 Lip:30,38 HC:97,61</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:705,44 Prot:40,84 Lip:9,7 HC:87,06</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:615,98 Prot:37,56 Lip:13,83 HC:79,93</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:611,97 Prot:31,43 Lip:21,09 HC:70,4</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:743,52 Prot:25,7 Lip:21,26 HC:103,43</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:914,47 Prot:28,12 Lip:42,76 HC:124,68</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:800,5 Prot:46,57 Lip:19,34 HC:106,04</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:611,64 Prot:42,6 Lip:9,44 HC:81,72</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:866,74 Prot:33,5 Lip:50,82 HC:85,17</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:887,23 Prot:34,53 Lip:34,19 HC:103,2</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:722,86 Prot:46,46 Lip:19,57 HC:79,83</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:633,81 Prot:41,38 Lip:10,19 HC:89,89</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,14 Prot:66,79 Lip:34,32 HC:57,91</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:915,03 Prot:36,15 Lip:26,01 HC:125,03</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:784,88 Prot:35,85 Lip:36,86 HC:73,31</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:817,82 Prot:48,67 Lip:14,81 HC:112,55</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,32 Prot:38,42 Lip:41,95 HC:79,61</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:697,26 Prot:42,35 Lip:21,67 HC:76,97</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:812,11 Prot:28,96 Lip:30,38 HC:97,61</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:792,53 Prot:42,04 Lip:28,77 HC:96,5</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin huevo / Sin pescado / Sin frutos secos / Sin proteína de leche de vaca (si ternera)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:822,38 Prot:55 Lip:25,74 HC:86,6</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:806 Prot:22,63 Lip:24,79 HC:116,62</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:790,11 Prot:39,5 Lip:28,03 HC:89,13</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:747,74 Prot:25,48 Lip:31,06 HC:85,162</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:705,44 Prot:40,84 Lip:9,7 HC:87,06</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:558,53 Prot:24,54 Lip:13,98 HC:73,73</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:611,97 Prot:31,43 Lip:21,09 HC:70,4</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,76 Prot:24,98 Lip:20,61 HC:100,32</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Guiso de pavo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Guiso de pavo al curry Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin gluten (celíaco)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:831,32 Prot:55,6 Lip:26,02 HC:87,54</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:832,47 Prot:23,37 Lip:25,54 HC:120,28</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:713,11 Prot:41,28 Lip:9,81 HC:88,01</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:622,67 Prot:37,97 Lip:13,98 HC:80,8</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:847,17 Prot:31,95 Lip:19,99 HC:123,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,41 Prot:28,42 Lip:43,23 HC:126,04</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:809,2 Prot:47,08 Lip:19,55 HC:107,19</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:618,29 Prot:43,06 Lip:9,54 HC:82,61</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:876,16 Prot:33,86 Lip:51,37 HC:86,1</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:896,88 Prot:34,9 Lip:34,56 HC:104,32</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:730,72 Prot:46,96 Lip:19,78 HC:80,7</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:640,7 Prot:41,83 Lip:10,3 HC:90,87</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:838,15 Prot:67,52 Lip:34,69 HC:58,54</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,98 Prot:36,54 Lip:26,29 HC:126,39</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:793,41 Prot:36,24 Lip:37,26 HC:74,11</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:49,2 Lip:14,97 HC:113,78</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:902,02 Prot:38,84 Lip:42,4 HC:80,48</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:704,84 Prot:42,81 Lip:21,91 HC:77,81</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:801,15 Prot:42,5 Lip:29,08 HC:97,55</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Diabética sin lactosa

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:804,51 Prot:53,8 Lip:25,18 HC:84,72</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:805,62 Prot:22,61 Lip:24,72 HC:86,4</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:772,93 Prot:38,64 Lip:27,42 HC:87,2</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:32,85</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:748,27 Prot:46,97 Lip:27,19 HC:74,02</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:89,17</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con calabaza Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:81,97</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:730,13 Prot:37,98 Lip:19,16 HC:94,2</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:598,34 Prot:41,67 Lip:9,23 HC:34,26</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:932,69 Prot:36,05 Lip:54,68 HC:26,94</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:27,77</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:707,15 Prot:45,45 Lip:19,14 HC:37,37</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:620,03 Prot:40,48 Lip:9,97 HC:33,28</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:53,72</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:895,14 Prot:35,36 Lip:25,44 HC:29,07</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:28,84</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:39,14</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:883,4 Prot:38,04 Lip:41,53 HC:30,9</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:34,07</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:23,3</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:775,3 Prot:41,13 Lip:28,15 HC:84,4</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin proteína de leche de vaca / Sin ternera

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:840,26 Prot:56,19 Lip:26,3 HC:88,48</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:841,42 Prot:23,62 Lip:25,82 HC:121,57</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:807,29 Prot:40,36 Lip:28,64 HC:91,07</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,77 Prot:41,72 Lip:9,92 HC:88,95</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:629,37 Prot:38,38 Lip:14,13 HC:81,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:781,53 Prot:49,06 Lip:28,4 HC:77,31</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:856,28 Prot:32,3 Lip:20,2 HC:124,47</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:934,35 Prot:28,73 Lip:43,69 HC:127,39</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:817,9 Prot:47,58 Lip:19,76 HC:108,35</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:624,93 Prot:43,52 Lip:9,65 HC:83,5</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:885,58 Prot:34,23 Lip:51,92 HC:87,02</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:906,52 Prot:35,28 Lip:34,93 HC:105,44</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:738,58 Prot:47,47 Lip:19,99 HC:81,57</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:647,58 Prot:42,28 Lip:10,41 HC:91,85</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,16 Prot:68,24 Lip:35,07 HC:59,17</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:934,93 Prot:36,93 Lip:26,57 HC:127,75</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:801,94 Prot:36,63 Lip:37,66 HC:74,9</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:835,6 Prot:49,72 Lip:15,13 HC:115</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:911,72 Prot:39,26 Lip:42,86 HC:81,34</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:712,42 Prot:43,28 Lip:22,14 HC:78,65</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:809,76 Prot:42,95 Lip:29,4 HC:98,6</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin legumbre, sin futos secos

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:876,02 Prot:58,59 Lip:27,41 HC:92,25</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:877,23 Prot:24,63 Lip:26,92 HC:126,74</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:841,64 Prot:42,08 Lip:29,86 HC:94,95</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:865,07 Prot:30,85 Lip:32,36 HC:103,98</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:751,44 Prot:43,5 Lip:10,34 HC:92,74</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:656,15 Prot:40,01 Lip:14,73 HC:85,14</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:918,25 Prot:59,63 Lip:31,54 HC:92,14</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,72 Prot:33,67 Lip:21,06 HC:129,76</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:974,11 Prot:29,95 Lip:45,55 HC:132,81</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:852,71 Prot:49,61 Lip:20,61 HC:112,96</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:651,53 Prot:45,38 Lip:10,06 HC:87,05</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:923,27 Prot:35,68 Lip:54,13 HC:90,73</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:945,1 Prot:36,78 Lip:36,42 HC:109,93</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:770,01 Prot:49,49 Lip:20,84 HC:85,04</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:675,14 Prot:44,08 Lip:10,86 HC:95,76</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:883,21 Prot:71,15 Lip:36,56 HC:61,69</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:974,71 Prot:38,51 Lip:27,7 HC:133,18</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:836,07 Prot:38,19 Lip:39,26 HC:78,09</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:871,15 Prot:51,84 Lip:15,78 HC:119,89</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:950,51 Prot:40,93 Lip:44,68 HC:84,8</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:742,74 Prot:45,12 Lip:23,09 HC:81,99</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:865,07 Prot:30,85 Lip:32,36 HC:103,98</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:844,22 Prot:44,78 Lip:30,65 HC:102,8</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin pescado / Sin marisco / Sin frutos secos

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:884,96 Prot:59,18 Lip:27,69 HC:93,19</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:886,18 Prot:24,88 Lip:27,19 HC:128,04</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:850,23 Prot:42,51 Lip:30,16 HC:95,92</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:873,9 Prot:31,17 Lip:32,69 HC:105,04</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:759,11 Prot:43,94 Lip:10,44 HC:93,68</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:662,85 Prot:40,42 Lip:14,88 HC:86,01</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:901,83 Prot:34,01 Lip:21,28 HC:131,09</p>	<p>Espirales con chorizo y tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:984,05 Prot:30,26 Lip:46,02 HC:134,17</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:861,41 Prot:50,12 Lip:20,82 HC:114,11</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Guiso de pavo al curry Con verduras Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:658,17 Prot:10,16 Lip:87,94 HC:654,85</p>	<p>Patatas a la riojana</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:932,69 Prot:54,68 Lip:91,65 HC:927,98</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:954,74 Prot:36,79 Lip:111,05 HC:949,92</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:777,87 Prot:21,06 Lip:85,91 HC:773,94</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,03 Prot:10,97 Lip:96,73 HC:678,59</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,22 Prot:36,93 Lip:62,32 HC:887,72</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:984,66 Prot:27,98 Lip:134,54 HC:979,68</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:844,6 Prot:39,66 Lip:78,89 HC:840,33</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:880,04 Prot:15,94 Lip:121,12 HC:875,6</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:960,21 Prot:45,14 Lip:85,67 HC:955,36</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:750,31 Prot:23,32 Lip:82,83 HC:746,52</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:873,9 Prot:32,69 Lip:105,04 HC:869,49</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:852,83 Prot:30,96 Lip:103,84 HC:848,53</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin cerdo, diabético, bajo en grasas

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur desnatado/ pan / agua</p> <p>Kcal:880,49 Prot:58,89 Lip:27,55 HC:92,72</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:881,71 Prot:24,75 Lip:27,05 HC:127,39</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:845,93 Prot:42,29 Lip:30,01 HC:95,43</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:869,49 Prot:31,01 Lip:32,53 HC:104,51</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:755,28 Prot:43,72 Lip:10,39 HC:93,21</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:659,5 Prot:40,22 Lip:14,81 HC:85,58</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:818,95 Prot:51,41 Lip:29,76 HC:81,01</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:897,28 Prot:33,84 Lip:21,17 HC:130,43</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno Con calabaza Yogur desnatado/ pan / agua</p> <p>Kcal:979,08 Prot:30,1 Lip:45,78 HC:133,49</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:857,06 Prot:49,86 Lip:20,71 HC:113,53</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:654,85 Prot:45,61 Lip:10,11 HC:87,49</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:927,98 Prot:35,87 Lip:54,41 HC:91,19</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:949,92 Prot:36,97 Lip:36,61 HC:110,49</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:773,94 Prot:49,74 Lip:20,95 HC:85,47</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua PONER</p> <p>Kcal:678,59 Prot:44,3 Lip:10,91 HC:96,24</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua PONER</p> <p>Kcal:887,72 Prot:71,51 Lip:36,75 HC:62</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:979,68 Prot:38,7 Lip:27,84 HC:133,86</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:840,33 Prot:38,39 Lip:39,46 HC:78,49</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:875,6 Prot:52,11 Lip:15,86 HC:120,5</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Palometa al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:955,36 Prot:41,14 Lip:44,91 HC:85,24</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:746,52 Prot:45,35 Lip:23,2 HC:82,41</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:869,49 Prot:31,01 Lip:32,53 HC:104,51</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:848,53 Prot:45,01 Lip:30,8 HC:103,32</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin carne

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:867,08 Prot:57,99 Lip:27,13 HC:91,31</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:868,28 Prot:24,37 Lip:26,64 HC:125,45</p>	<p>Sopa vegetal con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:833,05 Prot:41,65 Lip:29,55 HC:93,98</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:856,25 Prot:30,54 Lip:32,03 HC:102,91</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:743,78 Prot:43,06 Lip:10,23 HC:91,79</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:649,46 Prot:39,6 Lip:14,58 HC:84,27</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Tortilla de patatas Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:806,47 Prot:50,62 Lip:29,31 HC:79,78</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Merluza empanada Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:883,61 Prot:33,33 Lip:20,85 HC:128,44</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:964,17 Prot:29,64 Lip:45,09 HC:131,46</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:844,01 Prot:49,1 Lip:20,4 HC:111,8</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:644,88 Prot:44,91 Lip:9,95 HC:86,16</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Filete de perca encebollado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:913,84 Prot:35,32 Lip:53,58 HC:89,8</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:935,45 Prot:36,4 Lip:36,05 HC:108,81</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:762,15 Prot:48,98 Lip:20,63 HC:84,17</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:668,25 Prot:43,63 Lip:10,74 HC:94,78</p>	<p>Sopa vegetal con pistones</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:874,2 Prot:70,42 Lip:36,19 HC:61,06</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:964,76 Prot:38,11 Lip:27,42 HC:131,82</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:827,54 Prot:37,8 Lip:38,86 HC:77,29</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:862,26 Prot:51,31 Lip:15,62 HC:118,67</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Palometa en salsa de naranja Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:940,81 Prot:40,51 Lip:44,23 HC:83,94</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:735,16 Prot:44,66 Lip:22,85 HC:81,16</p>	<p>Sopa vegetal con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:856,25 Prot:30,54 Lip:32,03 HC:102,91</p>	<p>Coditos salteados con verduras wok (sin caldo)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:835,6 Prot:44,32 Lip:30,34 HC:101,75</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin frutos secos / Sin marisco

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:884,96 Prot:59,18 Lip:27,69 HC:93,19</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:886,18 Prot:24,88 Lip:27,19 HC:128,04</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:850,23 Prot:42,51 Lip:30,16 HC:95,92</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:873,9 Prot:31,17 Lip:32,69 HC:105,04</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:759,11 Prot:43,94 Lip:10,44 HC:93,68</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:662,85 Prot:40,42 Lip:14,88 HC:86,01</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:901,83 Prot:34,01 Lip:21,28 HC:131,09</p>	<p>Espirales con chorizo y tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:984,05 Prot:30,26 Lip:46,02 HC:134,17</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:861,41 Prot:50,12 Lip:20,82 HC:114,11</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:658,17 Prot:45,84 Lip:10,16 HC:87,94</p>	<p>Patatas a la riojana</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:932,69 Prot:36,05 Lip:54,68 HC:91,65</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:954,74 Prot:37,15 Lip:36,79 HC:111,05</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:777,87 Prot:49,99 Lip:21,06 HC:85,91</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,03 Prot:44,53 Lip:10,97 HC:96,73</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,22 Prot:71,87 Lip:36,93 HC:62,32</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:984,66 Prot:38,9 Lip:27,98 HC:134,54</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:844,6 Prot:38,58 Lip:39,66 HC:78,89</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:880,04 Prot:52,37 Lip:15,94 HC:121,12</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:960,21 Prot:41,35 Lip:45,14 HC:85,67</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:750,31 Prot:45,58 Lip:23,32 HC:82,83</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:873,9 Prot:31,17 Lip:32,69 HC:105,04</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:852,83 Prot:45,24 Lip:30,96 HC:103,84</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin fructosa sin lactosa

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas al natural (sin ajo)</p> <p>Jamonicitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:661,48 Prot:44,24 Lip:20,7 HC:69,66</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:662,4 Prot:18,59 Lip:20,32 HC:95,7</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo)</p> <p>Jamón de cerdo al horno (sin ajo) Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:635,52 Prot:31,77 Lip:22,55 HC:71,69</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Pechuga de pavo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Macarrones en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:567,42 Prot:32,85 Lip:7,8 HC:70,02</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Espinacas al natural</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo)</p> <p>Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:495,46 Prot:30,21 Lip:11,12 HC:64,29</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo)</p> <p>Filete de pollo al horno (sin ajo) Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:615,25 Prot:38,62 Lip:22,36 HC:60,86</p>	<p>Brócoli con patatas (sin ajo ni cebolla)</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) (sin sal añadida) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:674,1 Prot:25,42 Lip:15,9 HC:97,98</p>	<p>Espirales en blanco</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:735,55 Prot:22,61 Lip:34,4 HC:100,29</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:643,88 Prot:37,46 Lip:15,56 HC:85,29</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Patata en blanco</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:491,97 Prot:106,59 Lip:7,59 HC:65,73</p>	<p>Acelgas al natural (sin ajo)</p> <p>Escalope de pollo asado (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:697,16 Prot:111,09 Lip:40,87 HC:68,51</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:713,64 Prot:134,61 Lip:27,5 HC:83,01</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas al natural (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:581,43 Prot:104,13 Lip:15,74 HC:64,21</p>	<p>Macarrones en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:509,8 Prot:117,25 Lip:8,2 HC:72,3</p>	<p>Sopa de ave con pistones (sin ajo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno (sin ajo) Con patatas Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:666,91 Prot:75,54 Lip:27,61 HC:46,58</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:736 Prot:163,08 Lip:20,92 HC:100,57</p>	<p>Espinacas al natural</p> <p>Jamonicitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:631,32 Prot:95,62 Lip:29,64 HC:58,96</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:657,81 Prot:146,81 Lip:11,91 HC:90,53</p>	<p>Acelgas al natural (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin especies) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:717,73 Prot:103,84 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:560,84 Prot:100,4 Lip:17,43 HC:61,91</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con patatas Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:653,22 Prot:127,32 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Pasta en blanco</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Yogur natural sin azúcar sin</p> <p>Kcal:637,47 Prot:125,87 Lip:23,14 HC:77,62</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix basal / Tx diabético / Tx hipocalórico / Tx sin huevo / Tx sin gluten / Tx sintrom / Tx sin sal COLEGIOS

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Yogur desnatado / agua Kcal:315,92 Prot:12,11 Lip:7,04 HC:48,22	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:355,12 Prot:15,06 Lip:10,61 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:395,65 Prot:12,94 Lip:16,03 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:347,17 Prot:14,11 Lip:10,15 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pescado Compota / agua Kcal:341,15 Prot:18,02 Lip:7,27 HC:48,62
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Natillas / Agua Kcal:323,87 Prot:7,5 Lip:48,22 HC:665,66	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verdes y ternera Compota / agua Kcal:364,53 Prot:10,66 Lip:49,19 HC:686,41	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:347,17 Prot:10,15 Lip:46,85 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y pollo Yogur desnatado / agua Kcal:331,72 Prot:7,39 Lip:50,63 HC:686,41	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota / agua Kcal:323,87 Prot:7,5 Lip:48,22 HC:665,66
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Yogur desnatado / agua Kcal:395,65 Prot:12,94 Lip:16,03 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota / agua Kcal:347,17 Prot:14,11 Lip:10,15 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:355,12 Prot:15,06 Lip:10,61 HC:46,85	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:347,17 Prot:14,11 Lip:10,15 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y pescado Compota / agua Kcal:340,06 Prot:13,71 Lip:7,88 HC:50,63	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:355,12 Prot:15,06 Lip:10,61 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:395,65 Prot:12,94 Lip:16,03 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Yogur desnatado / agua Kcal:347,17 Prot:14,11 Lip:10,15 HC:46,85
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Yogur desnatado / agua Kcal:355,12 Prot:15,06 Lip:10,61 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota / agua Kcal:323,87 Prot:13,06 Lip:7,5 HC:48,22	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:395,65 Prot:12,94 Lip:16,03 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:347,17 Prot:14,11 Lip:10,15 HC:46,85	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:355,12 Prot:15,06 Lip:10,61 HC:46,85

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix basal

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo Yogurt / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, puerro, j. verde y huevo Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo Natillas / Agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, calabaza y ternera Compota /agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, pasta, puerro y pescado Compota /agua Kcal:572,66 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Natillas / Agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota /agua Kcal:686,41 Prot:41,16 Lip:31,09 HC:57,41	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y merluza Compota /agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo Yogurt / agua Kcal:686,41 Prot:41,16 Lip:31,09 HC:57,41	Tx patata, zanahoria, puerro, arroz y pescado Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, lentejas, merluza Yogurt / agua Kcal:822,75 Prot:35,57 Lip:47,36 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota /agua Kcal:653,73 Prot:39,2 Lip:29,61 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo Compota /agua Kcal:732,22 Prot:44,69 Lip:33,34 HC:60,15	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, pasta, calabaza y abadejo Compota /agua Kcal:698,94 Prot:42,66 Lip:31,82 HC:57,41	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo Compota /agua Kcal:812,56 Prot:36,34 Lip:48,08 HC:55,15	Tx patata, judía verde y pollo Yogurt / agua Kcal:653,73 Prot:39,2 Lip:29,61 HC:54,68
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, arroz y fogueño Yogurt / agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y Compota /agua Kcal:732,22 Prot:44,69 Lip:33,34 HC:60,15	Tx patata, brocoli y pollo Compota /agua Kcal:738,69 Prot:33,04 Lip:43,71 HC:50,14	Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, pasta y huevo Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Tx solo verdura/ Tx bajo en proteínas

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Turmix basal sin sal

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo (sin sal añadida) Yogurt / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, puerro, j. verde y huevo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	calabacín, garbanzos y pavo (sin sal añadida) Natillas / Agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, calabaza y ternera (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, pasta, puerro y pescado (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:572,66 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado (sin sal) Natillas / Agua Kcal:865,35 Prot:60,94 Lip:39,4 HC:71,09	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo (sin sal) Compota /agua Kcal:917,15 Prot:61,74 Lip:46,64 HC:62,58	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y merluza Compota /agua Kcal:862,92 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo (sin sal) Yogurt / agua Kcal:892,34 Prot:61,74 Lip:40,42 HC:74,64	Tx patata, zanahoria, puerro, arroz y pescado (sin sal) Compota /agua Kcal:865,35 Prot:60,94 Lip:39,4 HC:71,09
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, lentejas, merluza (sin sal añadida) Yogurt / agua Kcal:987,3 Prot:53,36 Lip:61,57 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:849,85 Prot:58,8 Lip:38,5 HC:71,09	Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:878,67 Prot:67,04 Lip:43,34 HC:78,19	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
calabacín, alubias y pavo (sin sal añadida) Natillas / Agua Kcal:862,92 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, pasta, calabaza y abadejo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:935,98 Prot:63,99 Lip:47,73 HC:62,58	calabacín y pavo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:940,49 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54	Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:975,07 Prot:54,52 Lip:62,5 HC:71,7	Tx patata, judía verde y pollo (sin sal añadida) Yogurt / agua Kcal:849,85 Prot:58,8 Lip:38,5 HC:71,09
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, arroz y fogonero (sin sal añadida) Yogurt / agua Kcal:940,49 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y Compota /agua Kcal:878,67 Prot:67,04 Lip:43,34 HC:78,19	Tx patata, brocoli y pollo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:960,3 Prot:49,56 Lip:56,82 HC:65,18	Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:862,92 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, pasta y huevo (sin sal añadida) Compota /agua Kcal:940,49 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Turmix diabético

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo Yogur desnatado / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, puerro, j. verde y huevo Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo Natillas sin azúcar / Agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, calabaza y ternera Compota /agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, pasta, puerro y pescado Compota /agua Kcal:572,66 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Natillas sin azúcar / Agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y merluza Compota /agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo Yogur desnatado / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, puerro, arroz y pescado Compota /agua Kcal:572,66 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, lentejas, merluza Yogur desnatado / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo Compota /agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo Natillas sin azúcar / Agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, pasta, calabaza y abadejo Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota /agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo Compota /agua Kcal:572,66 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46	Tx patata, judía verde y pollo Yogur desnatado / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, arroz y fogueño Yogur desnatado / agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y hamburguesa Compota /agua Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, brocoli y pollo Compota /agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo Natillas sin azúcar / Agua Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, zanahoria, pasta y huevo Compota /agua Kcal:572,66 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Hiperproteico / Hipercalórico

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur + Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1072,68 Prot:71,74 Lip:33,57 HC:112,96</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1074,16 Prot:30,15 Lip:32,96 HC:155,2</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Fruta + Natillas / pan / agua</p> <p>Kcal:1030,58 Prot:51,53 Lip:36,56 HC:116,26</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Cordon bleu Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1059,27 Prot:37,78 Lip:39,63 HC:127,32</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:920,14 Prot:53,27 Lip:12,66 HC:113,56</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Fruta + Natillas / pan / agua</p> <p>Kcal:803,45 Prot:49 Lip:18,04 HC:104,26</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:997,7 Prot:62,63 Lip:36,26 HC:98,7</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Merluza empanada Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1093,13 Prot:41,23 Lip:25,79 HC:158,9</p>	<p>Espirales con chorizo y tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur + Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1192,79 Prot:36,68 Lip:55,78 HC:162,63</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1044,13 Prot:60,75 Lip:25,23 HC:138,32</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur + Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:797,79 Prot:55,56 Lip:12,31 HC:0</p>	<p>Patatas a la riojana</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1130,53 Prot:43,7 Lip:66,28 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1157,26 Prot:45,04 Lip:44,6 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Fruta + Natillas / pan / agua</p> <p>Kcal:942,87 Prot:60,6 Lip:25,52 HC:0</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:53,97 Lip:13,29 HC:0</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1081,48 Prot:87,12 Lip:44,77 HC:0</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1193,52 Prot:47,15 Lip:33,92 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur + Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1023,76 Prot:46,77 Lip:48,07 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur + Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1066,72 Prot:63,48 Lip:19,32 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1163,9 Prot:50,12 Lip:54,71 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:909,47 Prot:55,25 Lip:28,27 HC:0</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Fruta + Natillas / pan / agua</p> <p>Kcal:1059,27 Prot:37,78 Lip:39,63 HC:0</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta + Lácteos / pan / agua</p> <p>Kcal:1033,74 Prot:54,84 Lip:37,53 HC:125,87</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin pescado/ Sin marisco/ Sin cerdo

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:793,23 Prot:53,14 Lip:30,22 HC:72,96</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Brócoli con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Guiso de pavo al curry Con verduras Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin pescado/ Sin marisco/Sin lactosa / Sin tomate/Sin frutos secos / Sin fresa, pera, ciruela, cereza, paraguayo, albaricoque, naranja, piña, kiwi y melocotón

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Manzana o Plátano / pan / agua</p> <p>Kcal:858,14 Prot:57,39 Lip:26,85 HC:90,37</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:859,33 Prot:24,12 Lip:26,37 HC:124,16</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne (sin tomate y sin)</p> <p>Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:824,46 Prot:41,22 Lip:29,25 HC:93,01</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:847,42 Prot:30,22 Lip:31,7 HC:101,85</p>	<p>Macarrones en blanco</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:736,11 Prot:42,61 Lip:10,13 HC:90,84</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Manzana o Plátano / pan / agua</p> <p>Kcal:642,76 Prot:39,2 Lip:14,43 HC:83,4</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:798,16 Prot:50,1 Lip:29,01 HC:78,96</p>	<p>Alubias pintas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:874,5 Prot:32,98 Lip:20,63 HC:127,12</p>	<p>Espirales en blanco</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:954,23 Prot:29,34 Lip:44,62 HC:130,1</p>	<p>Arroz con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Tortilla de espinacas Con calabacín Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:835,31 Prot:48,6 Lip:20,18 HC:110,65</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Guiso de pavo al curry Con verduras Manzana o Plátano / pan / agua</p> <p>Kcal:638,23 Prot:44,45 Lip:9,85 HC:85,27</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Escalope de pollo asado Con zanahoria Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:904,42 Prot:34,96 Lip:53,03 HC:88,87</p>	<p>Arroz blanco con calabaza</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:925,81 Prot:36,03 Lip:35,68 HC:107,69</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan / agua</p> <p>Kcal:754,29 Prot:48,48 Lip:20,42 HC:83,3</p>	<p>Macarrones en blanco</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:661,36 Prot:43,18 Lip:10,63 HC:93,8</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera (sin tomate, sin zanahoria) Con patatas Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:865,19 Prot:69,69 Lip:35,81 HC:60,43</p>	<p>(sin tomate, sin zanahoria, sin pimentón)</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:954,82 Prot:37,72 Lip:27,14 HC:130,46</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:819,01 Prot:37,41 Lip:38,46 HC:76,5</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz en blanco</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Manzana o Plátano / pan / agua</p> <p>Kcal:853,38 Prot:50,78 Lip:15,46 HC:117,45</p>	<p>Alubias pintas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Burger meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:931,12 Prot:40,09 Lip:43,77 HC:83,07</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con calabaza Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:727,58 Prot:44,2 Lip:22,61 HC:80,32</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne (sin tomate y sin)</p> <p>Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:847,42 Prot:30,22 Lip:31,7 HC:101,85</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Manzana o Plátano / pan /</p> <p>Kcal:826,99 Prot:43,87 Lip:30,02 HC:100,7</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Basal

(sin sal añadida)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Lentejas estofadas (sin sal añadida) Jamoncitos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Yogur / pan / agua Kcal:893,9 Prot:59,78 Lip:27,97 HC:94,13	Arroz a la milanesa (sin sal añadida) Tortilla de patatas (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:895,13 Prot:25,13 Lip:27,47 HC:129,33	Sopa de cocido con fideos (sin sal añadida) Cocido completo (sin sal añadida) Natillas / Pan / Agua Kcal:858,82 Prot:42,94 Lip:30,47 HC:96,89	Crema de calabaza (sin sal añadida) Cordon bleu (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:882,73 Prot:31,48 Lip:33,02 HC:106,1	Macarrones napolitana (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:766,78 Prot:44,39 Lip:10,55 HC:94,63
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Crema de calabacín (sin sal añadida) Palometa en salsa de cebolla (sin sal añadida) Con zanahoria Natillas / Pan / Agua Kcal:669,54 Prot:40,83 Lip:15,03 HC:86,88	Judías verdes con patatas al ajoarriero (sin sal añadida) Estofado de pollo al curry (sin sal añadida) Con verduras Fruta / pan / agua Kcal:831,42 Prot:52,19 Lip:30,22 HC:82,25	Alubias pintas estofadas (sin sal añadida) Merluza empanada (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:910,94 Prot:34,36 Lip:21,49 HC:132,41	Espirales con chorizo y tomate (sin sal añadida) Caldereta de cerdo a la jardinera (sin sal añadida) Con ensalada Yogur / pan / agua Kcal:993,99 Prot:30,56 Lip:46,48 HC:135,52	Paella mediterránea (sin sal añadida) Tortilla de espinacas (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:870,11 Prot:50,62 Lip:21,03 HC:115,26
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas estofadas con puerro (sin sal añadida) Merluza a la mediterránea (sin sal añadida) Con ensalada Yogur / pan / agua Kcal:664,82 Prot:46,3 Lip:10,26 HC:88,83	Patatas a la riojana (sin sal añadida) Escalope de pollo asado (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:942,11 Prot:36,41 Lip:55,24 HC:92,58	Arroz con verduras (sin sal añadida) Tortilla de calabacín (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:964,39 Prot:37,53 Lip:37,16 HC:112,18	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Alubias blancas estofadas (sin sal añadida) al estilo provenzal (sin sal añadida) Natillas / Pan / Agua Kcal:785,72 Prot:50,5 Lip:21,27 HC:86,78	Macarrones en salsa de tomate (sin sal añadida) Filete de abadejo en salsa a la crema (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:688,92 Prot:44,98 Lip:11,08 HC:97,71	Sopa de pistones con picadillo (sin sal añadida) Goulash de ternera (sin sal añadida) Con patatas Fruta / pan / agua Kcal:901,24 Prot:72,6 Lip:37,31 HC:62,95	Lentejas guisadas con arroz (sin sal añadida) Tortilla de patatas (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:994,6 Prot:39,29 Lip:28,27 HC:135,9	Judías verdes con patatas (sin sal añadida) Muslo de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogur / pan / agua Kcal:853,13 Prot:38,97 Lip:40,06 HC:79,68
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz blanco en salsa de tomate (sin sal añadida) Fogonero en salsa marinera (sin sal añadida) Con guisantes Yogur / pan / agua Kcal:888,93 Prot:52,9 Lip:16,1 HC:122,34	Alubias pintas estofadas (sin sal añadida) Burger meat (hamburguesa) mixta al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:969,91 Prot:41,76 Lip:45,59 HC:86,53	Crema de brócoli (sin sal añadida) Jamoncitos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:757,89 Prot:46,04 Lip:23,56 HC:83,67	Sopa de cocido con fideos (sin sal añadida) Cocido completo (sin sal añadida) Natillas / Pan / Agua Kcal:882,73 Prot:31,48 Lip:33,02 HC:106,1	Coditos salteados y verduras wok (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:861,45 Prot:45,7 Lip:31,27 HC:104,89

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin lactosa / Sin huevo / Sin ave / Sin pescado / Sin cacahuetes

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:835,79 Prot:55,9 Lip:26,16 HC:88,01</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:836,95 Prot:23,49 Lip:25,68 HC:120,92</p>	<p>Sopa vegetal con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:802,99 Prot:40,15 Lip:28,49 HC:90,59</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:825,35 Prot:29,44 Lip:30,88 HC:99,2</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:716,94 Prot:41,5 Lip:9,86 HC:88,48</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:626,02 Prot:38,17 Lip:14,06 HC:81,23</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:777,37 Prot:48,8 Lip:28,25 HC:76,9</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Brócoli con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:851,73 Prot:32,12 Lip:20,09 HC:123,8</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:929,38 Prot:28,58 Lip:43,46 HC:126,71</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:813,55 Prot:47,33 Lip:19,66 HC:107,77</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:621,61 Prot:43,29 Lip:9,59 HC:83,05</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:880,87 Prot:34,05 Lip:51,65 HC:86,56</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:901,7 Prot:35,09 Lip:34,75 HC:104,88</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:734,65 Prot:47,22 Lip:19,89 HC:81,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:644,14 Prot:64,14 Lip:10,36 HC:91,36</p>	<p>Sopa vegetal con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:842,65 Prot:67,88 Lip:34,88 HC:58,85</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:929,95 Prot:36,74 Lip:26,43 HC:127,07</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:797,68 Prot:36,44 Lip:37,46 HC:74,5</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Espinacas rehogadas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:831,15 Prot:49,46 Lip:15,05 HC:114,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:906,87 Prot:39,05 Lip:42,63 HC:80,91</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:708,63 Prot:43,05 Lip:22,03 HC:78,23</p>	<p>Sopa vegetal con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:825,35 Prot:29,44 Lip:30,88 HC:99,2</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno</p> <p>Con ensalada</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:805,45 Prot:42,72 Lip:29,24 HC:98,07</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Disfagia/ Disfagia Diabetico

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Tx patata, zanahoria, calabacín, puerro y lentejas</p> <p>Burguer meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con calabaza Yogurt / Agua</p> <p>Kcal:657,27 Prot:47,26 Lip:23,2 HC:57,62</p>	<p>Coliflor al natural</p> <p>Tortilla francesa Con patatas Compota / agua</p> <p>Kcal:539,86 Prot:17,04 Lip:22,94 HC:52,7</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y garbanzos</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) de ternera al horno Con calabaza Natillas sin azúcar / Agua</p> <p>Kcal:794,33 Prot:33,56 Lip:45,41 HC:60,8</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Burguer meat (albóndigas) mixtas al horno (servir sin salsa) Con patatas Compota / agua</p> <p>Kcal:857,53 Prot:28,27 Lip:49,71 HC:83,89</p>	<p>Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:430,22 Prot:35,22 Lip:8,95 HC:49,19</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Albóndigas de merluza (servir sin salsa) Con zanahoria Natillas sin azúcar / Agua</p> <p>Kcal:434,59 Prot:13,52 Lip:12,99 HC:69,92</p>	<p>Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes</p> <p>Burguer meat (Hamburguesa) de pollo al horno (servir sin salsa) Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:634,58 Prot:44,17 Lip:23,17 HC:58,8</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias</p> <p>Filete de merluza al horno Con champiñones Compota / agua</p> <p>Kcal:476,48 Prot:33,92 Lip:9,24 HC:58,69</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro</p> <p>Burguer meat (albóndigas) mixtas (servir sin salsa) Con calabaza Yogurt / Agua</p> <p>Kcal:536,73 Prot:27,24 Lip:22,6 HC:61,18</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:906,17 Prot:37,37 Lip:34,72 HC:74,76</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Tx de patata, zanahoria, puerro, calabaza y lentejas</p> <p>Filete de merluza al horno Con zanahoria Yogurt/ Agua</p> <p>Kcal:446,9 Prot:31,58 Lip:8,46 HC:56,75</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín</p> <p>Burguer meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con zanahoria Compota / agua</p> <p>Kcal:832,3 Prot:36,8 Lip:58,45 HC:60,97</p>	<p>Crema de zanahoria y champiñones</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:643,99 Prot:36,42 Lip:27,43 HC:67,12</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias</p> <p>Burguer meat (albóndigas) mixtas al horno Con calabaza Natillas sin azúcar / Agua</p> <p>Kcal:938,67 Prot:35,53 Lip:31,17 HC:81,76</p>	<p>Tx patata, puerro, zanahoria, calabaza</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:430,22 Prot:35,22 Lip:8,95 HC:49,19</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro y calabacín</p> <p>Burguer mear (hamburguesa) de ternera al horno Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:589,47 Prot:39,58 Lip:19,39 HC:56,28</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y lentejas</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Compota / agua</p> <p>Kcal:547,82 Prot:29,28 Lip:22,79 HC:61,47</p>	<p>Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) de pollo al horno Con zanahoria Yogurt desnatado/ agua</p> <p>Kcal:818,05 Prot:28,31 Lip:49,21 HC:80,82</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Espinacas rehogadas</p> <p>Albóndigas de merluza (servir sin salsa) Con zanahoria Yogurt desnatado / Agua</p> <p>Kcal:407,41 Prot:16,76 Lip:13,31 HC:52,31</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con calabacín Compota / agua</p> <p>Kcal:876,03 Prot:33,68 Lip:32,21 HC:68,38</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Tortilla francesa Con calabaza Compota / agua</p> <p>Kcal:788,57 Prot:29,7 Lip:41,54 HC:69,72</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y garbanzos</p> <p>Filete de merluza al horno Natillas sin azúcar / Agua</p> <p>Kcal:486,35 Prot:33,1 Lip:9,49 HC:62,3</p>	<p>Tx patata, puerro, zanahoria y j.verdes</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Compota / agua</p> <p>Kcal:550,02 Prot:32,54 Lip:26,64 HC:51,57</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Diabética

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:893,9 Prot:59,78 Lip:27,97 HC:94,13</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:631,61 Prot:21,49 Lip:23,54 HC:73,77</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:858,82 Prot:42,94 Lip:30,47 HC:96,89</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Cordon bleu Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:701,88 Prot:28,98 Lip:16,46 HC:86,04</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:85,17</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:748,27 Prot:46,97 Lip:27,19 HC:74,02</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:89,17</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:689,89 Prot:20,55 Lip:20,51 HC:83,07</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:825,6 Prot:45,04 Lip:17,74 HC:89,39</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogurt desnatado / Pan / Agua</p> <p>Kcal:598,34 Prot:41,67 Lip:9,23 HC:79,94</p>	<p>Patatas a la riojana (patata, chorizo, cebolla, pimienta)</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:921,1 Prot:33,8 Lip:53,4 HC:89,7</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:752,38 Prot:33,03 Lip:14,5 HC:83,6</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:707,15 Prot:45,45 Lip:19,14 HC:78,1</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:688,92 Prot:44,98 Lip:11,08 HC:97,71</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:60,8</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:895,14 Prot:35,36 Lip:25,44 HC:82,31</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:853,13 Prot:38,97 Lip:40,06 HC:79,68</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur desnatado / pan / agua</p> <p>Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:90,11</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burger meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:969,91 Prot:41,76 Lip:45,59 HC:86,53</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas sin azúcar / Pan / Agua</p> <p>Kcal:701,88 Prot:28,98 Lip:16,46 HC:86,04</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:775,3 Prot:41,13 Lip:28,15 HC:84,4</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin MAÍZ, sin soja, sin cacahuete, sin Frutos secos (excepto avellana y pipas)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin harina de maiz) Con ensalada Yogurt / Pan / Agua</p> <p>Kcal:793,23 Prot:53,14 Lip:30,22 HC:72,96</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno (sin harina de maiz) Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacin</p> <p>Fogonero al horno (sin harina de maiz) Con zanahoria Yogurt sabores / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacin Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Filete de merluza al horno Con zanahoria Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Escalope de pollo asado (Sin harina de maiz) Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin harina de maiz) Con ensalada Yogurt / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin especias) Con calabacin Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pistones (sin ajo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogurt / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno (sin harina de maiz) Con zanahoria Yogurt / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con calabacin Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados (sin ajo) Con calabaza Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos (Sin colorante, sin caldo de pollo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Filete de pollo al horno Con zanahoria Fruta / Pan / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

SIN CERDO NI LACTOSA,BAJO EN GRASA

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogurt natural sin lactosa/ Kcal:793,23 Prot:53,14 Lip:30,22 HC:72,96</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur natural sin lactosa/pan/ Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan/ agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan/ agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno Con calabaza Yogur natural sin lactosa/pan/ Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan/ agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Filete de merluza al horno Con zanahoria Yogurt natural sin lactosa / Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan/ agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta / pan/ agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Goulash de ternera Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogurt natural sin lactosa / Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogurt natural sin lactosa / Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Palometa al horno Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con calabaza Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta / pan / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Baja en potasio / Baja en potasio diabético (SIN SAL)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
calabacín y lentejas (sin sal añadida) Jamoncitos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan / Kcal:670,42 Prot:44,84 Lip:20,98 HC:70,6	Arroz blanco (laurel,perejil) (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:671,35 Prot:18,84 Lip:20,6 HC:97	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Jamón de cerdo al horno (sin sal añadida) Con calabaza Natillas sin azúcar / Pan / Agua Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86	Crema de calabaza (sin sal añadida) Pechuga de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:662,04 Prot:23,61 Lip:24,77 HC:79,57	blanco(laurel,perejil) (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:575,08 Prot:33,29 Lip:7,91 HC:70,97
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Crema de calabacín (sin sal añadida) Fogonero al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Natillas sin azúcar / Pan / Agua Kcal:502,16 Prot:30,62 Lip:11,27 HC:65,16	Judías verdes hervidas (sin sal añadida) Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:733 Prot:45,73 Lip:24,91 HC:69,3	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias (sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:683,2 Prot:25,77 Lip:16,12 HC:99,31	Espirales en blanco (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con calabaza Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:745,49 Prot:22,92 Lip:34,86 HC:101,64	Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:652,58 Prot:37,97 Lip:15,77 HC:86,45
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Coliflor con patatas y ajo (sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (no kiwi ni plátano) / pan / Kcal:625,54 Prot:38,57 Lip:11,73 HC:69,15	Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida) Escalope de pollo asado (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:706,58 Prot:27,31 Lip:41,43 HC:69,43	Arroz con calabaza (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:723,29 Prot:28,15 Lip:27,87 HC:84,13	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Sopa de ave con lluvia (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Natillas sin azúcar / Pan / Agua Kcal:589,29 Prot:37,87 Lip:15,95 HC:65,08	Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:686,3 Prot:35,7 Lip:11,4 HC:85,8	Sopa de ave con pistones (sin sal añadida) Filete de magro de cerdo al horno (sin sal añadida) Fruta / pan / agua Kcal:675,93 Prot:54,45 Lip:27,98 HC:47,21	Crema de calabacín (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:745,95 Prot:29,47 Lip:21,2 HC:101,92	Judías verdes con patatas (sin sal añadida) Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:639,85 Prot:29,23 Lip:30,04 HC:59,76
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz en blanco (sin sal añadida) Fogonero al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Fruta (no kiwi ni plátano) / pan / Kcal:666,7 Prot:39,67 Lip:12,07 HC:91,75	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:727,43 Prot:31,32 Lip:34,19 HC:64,9	Crema de calabacín (sin sal añadida) Jamoncitos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:568,42 Prot:34,53 Lip:17,67 HC:62,75	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Natillas sin azúcar / Pan / Agua Kcal:662,04 Prot:23,61 Lip:24,77 HC:79,57	Pasta en blanco (laurel,perejil) (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (no kiwi ni plátano) / pan Kcal:753,19 Prot:36,81 Lip:23,71 HC:89,67

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin proteína de leche de vaca / Sin ternera / Sin huevo / Sin frutos secos

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:777,36 Prot:52,03 Lip:29,59 HC:71,54</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin leche y sus derivados, Sin frutos secos, sin marisco (si ternera)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:840,26 Prot:56,19 Lip:26,3 HC:88,48</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:841,42 Prot:23,62 Lip:25,82 HC:121,57</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:807,29 Prot:40,36 Lip:28,64 HC:91,07</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,77 Prot:41,72 Lip:9,92 HC:88,95</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:629,37 Prot:38,38 Lip:14,13 HC:81,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:781,53 Prot:49,06 Lip:28,4 HC:77,31</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:856,28 Prot:32,3 Lip:20,2 HC:124,47</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:934,35 Prot:28,73 Lip:43,69 HC:127,39</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:817,9 Prot:47,58 Lip:19,76 HC:108,35</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:624,93 Prot:43,52 Lip:9,65 HC:83,5</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:885,58 Prot:34,23 Lip:51,92 HC:87,02</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:906,52 Prot:35,28 Lip:34,93 HC:105,44</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:738,58 Prot:47,47 Lip:19,99 HC:81,57</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:647,58 Prot:42,28 Lip:10,41 HC:91,85</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,16 Prot:68,24 Lip:35,07 HC:59,17</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:934,93 Prot:36,93 Lip:26,57 HC:127,75</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:801,94 Prot:36,63 Lip:37,66 HC:74,9</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:835,6 Prot:49,72 Lip:15,13 HC:115</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:911,72 Prot:39,26 Lip:42,86 HC:81,34</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:712,42 Prot:43,28 Lip:22,14 HC:78,65</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:809,76 Prot:42,95 Lip:29,4 HC:98,6</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

TX ASTRINGENTE

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx patata, zanahoria, calabacín y pollo Yogur natural desnatado / agua Kcal:265,37 Prot:10,17 Lip:5,91 HC:40,5	Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Compota (manzana, pera o Kcal:298,3 Prot:12,65 Lip:8,91 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabacín y pavo Compota (manzana, pera o Kcal:332,34 Prot:10,86 Lip:13,46 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Compota (manzana, pera o Kcal:291,62 Prot:11,85 Lip:8,52 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota (manzana, pera o Kcal:286,56 Prot:15,14 Lip:6,11 HC:40,84
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota (manzana, pera o Kcal:272,05 Prot:10,97 Lip:6,3 HC:40,5	Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Compota (manzana, pera o Kcal:306,2 Prot:12,44 Lip:8,95 HC:41,32	Tx patata, zanahoria, calabacín y pavo Compota (manzana, pera o Kcal:291,62 Prot:11,85 Lip:8,52 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Yogur natural desnatado / Kcal:278,64 Prot:10,68 Lip:6,21 HC:42,53	Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota (manzana, pera o Kcal:272,05 Prot:10,97 Lip:6,3 HC:40,5
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Yogur natural desnatado / agua Kcal:332,34 Prot:10,86 Lip:13,46 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota (manzana, pera o Kcal:291,62 Prot:11,85 Lip:8,52 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Compota (manzana, pera o Kcal:298,3 Prot:12,65 Lip:8,91 HC:39,35	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, calabacín y pavo Compota (manzana, pera o Kcal:291,62 Prot:11,85 Lip:8,52 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabaza y pescado Compota (manzana, pera o Kcal:285,65 Prot:11,52 Lip:6,62 HC:42,53	Tx patata, zanahoria, calabacín y pavo Compota (manzana, pera o Kcal:298,3 Prot:12,65 Lip:8,91 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Compota (manzana, pera o Kcal:332,34 Prot:10,86 Lip:13,46 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabacín y pollo Yogur natural desnatado / Kcal:291,62 Prot:11,85 Lip:8,52 HC:39,35
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Yogur natural desnatado / agua Kcal:298,3 Prot:12,65 Lip:8,91 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota (manzana, pera o Kcal:272,05 Prot:10,97 Lip:6,3 HC:40,5	Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Compota (manzana, pera o Kcal:332,34 Prot:10,86 Lip:13,46 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabacín y pavo Compota (manzana, pera o Kcal:291,62 Prot:11,85 Lip:8,52 HC:39,35	Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Compota (manzana, pera o Kcal:298,3 Prot:12,65 Lip:8,91 HC:39,35

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

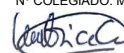
ABRIL 2022

SIN BERENJENA

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:793,23 Prot:53,14 Lip:30,22 HC:72,96</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:625,72 Prot:15,9 Lip:18,24 HC:95,25</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:769,01 Prot:37,89 Lip:28,05 HC:85,9</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:763,01 Prot:26,03 Lip:31,69 HC:86,91</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:592,24 Prot:24,66 Lip:11,58 HC:69,79</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín (calabacín, patata)</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:533,32 Prot:24,33 Lip:13,84 HC:72,96</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry (sin berenjena) Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:611,97 Prot:31,43 Lip:21,09 HC:70,4</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Merluza empanada Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:758,74 Prot:26,32 Lip:21,68 HC:105,55</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:648,03 Prot:16,19 Lip:27,07 HC:82,43</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:745,03 Prot:38,76 Lip:19,55 HC:100,16</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogurt / pan / agua</p> <p>Kcal:505,8 Prot:27,44 Lip:11,5 HC:67,23</p>	<p>Patatas a la riojana</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:790,98 Prot:26,18 Lip:42,93 HC:69,56</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:839,14 Prot:32,04 Lip:35,86 HC:91,83</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:588,13 Prot:23,95 Lip:9,4 HC:69,35</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:506,98 Prot:25,31 Lip:11,75 HC:72,16</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:600,62 Prot:38,8 Lip:24,84 HC:51,24</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:687,55 Prot:25,97 Lip:18,8 HC:98,47</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogurt / pan / agua</p> <p>Kcal:744,87 Prot:33,08 Lip:33,77 HC:73,42</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogurt/ Pan/ Agua</p> <p>Kcal:596,87 Prot:26,45 Lip:11,6 HC:91,94</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:661,74 Prot:22,8 Lip:30,25 HC:74,22</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:732,96 Prot:44,19 Lip:26,13 HC:74,46</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:763,01 Prot:26,03 Lip:31,69 HC:86,91</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:666,81 Prot:30,43 Lip:24,58 HC:83,44</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027



ABRIL 2022

Sin huevo / Sin gluten / Sin frutos secos

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:752,45 Prot:39,18 Lip:19,79 HC:73,73</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin lactosa / Sin huevo

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:840,26 Prot:56,19 Lip:26,3 HC:88,48</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:841,42 Prot:23,62 Lip:25,82 HC:121,57</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:807,29 Prot:40,36 Lip:28,64 HC:91,07</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,77 Prot:41,72 Lip:9,92 HC:88,95</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:629,37 Prot:38,38 Lip:14,13 HC:81,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:781,53 Prot:49,06 Lip:28,4 HC:77,31</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:856,28 Prot:32,3 Lip:20,2 HC:124,47</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:934,35 Prot:28,73 Lip:43,69 HC:127,39</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:817,9 Prot:47,58 Lip:19,76 HC:108,35</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:624,93 Prot:43,52 Lip:9,65 HC:83,5</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:885,58 Prot:34,23 Lip:51,92 HC:87,02</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:906,52 Prot:35,28 Lip:34,93 HC:105,44</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:738,58 Prot:47,47 Lip:19,99 HC:81,57</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:647,58 Prot:42,28 Lip:10,41 HC:91,85</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,16 Prot:68,24 Lip:35,07 HC:59,17</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:934,93 Prot:36,93 Lip:26,57 HC:127,75</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:801,94 Prot:36,63 Lip:37,66 HC:74,9</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:835,6 Prot:49,72 Lip:15,13 HC:115</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:911,72 Prot:39,26 Lip:42,86 HC:81,34</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:712,42 Prot:43,28 Lip:22,14 HC:78,65</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:809,76 Prot:42,95 Lip:29,4 HC:98,6</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin leche y sus derivados, Sin frutos secos, sin marisco ni pescado

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:840,26 Prot:56,19 Lip:26,3 HC:88,48</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:841,42 Prot:23,62 Lip:25,82 HC:121,57</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:807,29 Prot:40,36 Lip:28,64 HC:91,07</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:720,77 Prot:41,72 Lip:9,92 HC:88,95</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:629,37 Prot: Lip:14,13 HC:81,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:781,53 Prot: Lip:28,4 HC:77,31</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:856,28 Prot: Lip:20,2 HC:124,47</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:934,35 Prot: Lip:43,69 HC:127,39</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:817,9 Prot: Lip:19,76 HC:108,35</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Guiso de pavo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:624,93 Prot:43,52 Lip:9,65 HC:83,5</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:885,58 Prot:34,23 Lip:51,92 HC:87,02</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:906,52 Prot:35,28 Lip:34,93 HC:105,44</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:738,58 Prot:47,47 Lip:19,99 HC:81,57</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:647,58 Prot:42,28 Lip:10,41 HC:91,85</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:847,16 Prot:68,24 Lip:35,07 HC:59,17</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:934,93 Prot:36,93 Lip:26,57 HC:127,75</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:801,94 Prot:36,63 Lip:37,66 HC:74,9</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:835,6 Prot:49,72 Lip:15,13 HC:115</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:911,72 Prot:39,26 Lip:42,86 HC:81,34</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:712,42 Prot:43,28 Lip:22,14 HC:78,65</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:809,76 Prot:42,95 Lip:29,4 HC:98,6</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin gluten (celíaco) ni cerdo

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:831,32 Prot:55,6 Lip:26,02 HC:87,54</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:832,47 Prot:23,37 Lip:25,54 HC:120,28</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:713,11 Prot:41,28 Lip:9,81 HC:88,01</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:622,67 Prot:37,97 Lip:13,98 HC:80,8</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:847,17 Prot:31,95 Lip:19,99 HC:123,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,41 Prot:28,42 Lip:43,23 HC:126,04</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:809,2 Prot:47,08 Lip:19,55 HC:107,19</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:618,29 Prot:43,06 Lip:9,54 HC:82,61</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:876,16 Prot:33,86 Lip:51,37 HC:86,1</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:896,88 Prot:34,9 Lip:34,56 HC:104,32</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:730,72 Prot:46,96 Lip:19,78 HC:80,7</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:640,7 Prot:41,83 Lip:10,3 HC:90,87</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:838,15 Prot:67,52 Lip:34,69 HC:58,54</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,98 Prot:36,54 Lip:26,29 HC:126,39</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:793,41 Prot:36,24 Lip:37,26 HC:74,11</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:49,2 Lip:14,97 HC:113,78</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Palometa en salsa de naranja Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:902,02 Prot:38,84 Lip:42,4 HC:80,48</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:704,84 Prot:42,81 Lip:21,91 HC:77,81</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:801,15 Prot:42,5 Lip:29,08 HC:97,55</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin cerdo ni huevo

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:822,38 Prot:55 Lip:25,74 HC:86,6</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:823,52 Prot:23,12 Lip:25,27 HC:118,98</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:790,11 Prot:39,5 Lip:28,03 HC:89,13</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:812,11 Prot:28,96 Lip:30,38 HC:97,61</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:705,44 Prot:40,84 Lip:9,7 HC:87,06</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:615,98 Prot:37,56 Lip:13,83 HC:79,93</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:838,07 Prot:31,61 Lip:19,77 HC:121,82</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:914,47 Prot:28,12 Lip:42,76 HC:124,68</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:800,5 Prot:46,57 Lip:19,34 HC:106,04</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:611,64 Prot:42,6 Lip:9,44 HC:81,72</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:866,74 Prot:33,5 Lip:50,82 HC:85,17</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:887,23 Prot:34,53 Lip:34,19 HC:103,2</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:722,86 Prot:46,46 Lip:19,57 HC:79,83</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:633,81 Prot:41,38 Lip:10,19 HC:89,89</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:829,14 Prot:66,79 Lip:34,32 HC:57,91</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:915,03 Prot:36,15 Lip:26,01 HC:125,03</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:784,88 Prot:35,85 Lip:36,86 HC:73,31</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:817,82 Prot:48,67 Lip:14,81 HC:112,55</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Palometa en salsa de naranja Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,32 Prot:38,42 Lip:41,95 HC:79,61</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:697,26 Prot:42,35 Lip:21,67 HC:76,97</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:812,11 Prot:28,96 Lip:30,38 HC:97,61</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:792,53 Prot:42,04 Lip:28,77 HC:96,5</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin HUEVO, pescado, marisco, legumbres, frutos secos (cacahuete, anacardo, pistacho)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:752,45 Prot:39,18 Lip:19,79 HC:73,73</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulas de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin gluten (celíaco), sin tomate ni legumbres

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:831,32 Prot:55,6 Lip:26,02 HC:87,54</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:832,47 Prot:23,37 Lip:25,54 HC:120,28</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:713,11 Prot:41,28 Lip:9,81 HC:88,01</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:622,67 Prot:37,97 Lip:13,98 HC:80,8</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:847,17 Prot:31,95 Lip:19,99 HC:123,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,41 Prot:28,42 Lip:43,23 HC:126,04</p>	<p>Arroz con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Filete de pavo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:809,2 Prot:47,08 Lip:19,55 HC:107,19</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Filete de merluza al horno Con zanahoria Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:618,29 Prot:43,06 Lip:9,54 HC:82,61</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:876,16 Prot:33,86 Lip:51,37 HC:86,1</p>	<p>Arroz blanco con calabaza</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:896,88 Prot:34,9 Lip:34,56 HC:104,32</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:730,72 Prot:46,96 Lip:19,78 HC:80,7</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:640,7 Prot:41,83 Lip:10,3 HC:90,87</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera (sin tomate, sin zanahoria) Con patatas Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:838,15 Prot:67,52 Lip:34,69 HC:58,54</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,98 Prot:36,54 Lip:26,29 HC:126,39</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:793,41 Prot:36,24 Lip:37,26 HC:74,11</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz en blanco</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:49,2 Lip:14,97 HC:113,78</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:902,02 Prot:38,84 Lip:42,4 HC:80,48</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:704,84 Prot:42,81 Lip:21,91 HC:77,81</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:801,15 Prot:42,5 Lip:29,08 HC:97,55</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin gluten (celíaco), legumbres (incluida soja), sin lactosa ni pescado

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:831,32 Prot:55,6 Lip:26,02 HC:87,54</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:832,47 Prot:23,37 Lip:25,54 HC:120,28</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Fruta/ Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:713,11 Prot:41,28 Lip:9,81 HC:88,01</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Fruta/ Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:622,67 Prot:37,97 Lip:13,98 HC:80,8</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:847,17 Prot:31,95 Lip:19,99 HC:123,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,41 Prot:28,42 Lip:43,23 HC:126,04</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:809,2 Prot:47,08 Lip:19,55 HC:107,19</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:618,29 Prot:43,06 Lip:9,54 HC:82,61</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:876,16 Prot:33,86 Lip:51,37 HC:86,1</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:896,88 Prot:34,9 Lip:34,56 HC:104,32</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Fruta/ Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:730,72 Prot:46,96 Lip:19,78 HC:80,7</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:640,7 Prot:41,83 Lip:10,3 HC:90,87</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:838,15 Prot:67,52 Lip:34,69 HC:58,54</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,98 Prot:36,54 Lip:26,29 HC:126,39</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:793,41 Prot:36,24 Lip:37,26 HC:74,11</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:49,2 Lip:14,97 HC:113,78</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:902,02 Prot:38,84 Lip:42,4 HC:80,48</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:704,84 Prot:42,81 Lip:21,91 HC:77,81</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Fruta / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:801,15 Prot:42,5 Lip:29,08 HC:97,55</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Hiposódico sin pescado

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Lentejas estofadas (sin sal añadida) Jamonicos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:804,51 Prot:53,8 Lip:25,18 HC:84,72	Arroz a la milanese (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Compota / Pan / Agua Kcal:805,62 Prot:22,61 Lip:24,72 HC:86,4	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Garbanzos estofados con verduras (sin sal añadida) Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:772,93 Prot:38,64 Lip:27,42 HC:87,2	Crema de calabaza (sin sal añadida) Pechuga de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Compota / Pan / Agua Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49	Macarrones napolitana (sin sal añadida) Cinta de lomo fresca al horno (sin sal añadida) Con ensalada Compota / Pan / Agua Kcal:690,1 Prot:39,95 Lip:9,49 HC:85,17
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Crema de calabacín (sin sal añadida) Cinta de lomo fresca adobada al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:602,59 Prot:36,75 Lip:13,53 HC:78,19	Judías verdes con patatas al ajoarriero (sin sal añadida) Estofado de pollo al curry (sin sal añadida) Con verduras Fruta / pan / agua Kcal:748,27 Prot:46,97 Lip:27,19 HC:74,02	Alubias pintas estofadas (sin sal añadida) Jamón de cerdo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:819,85 Prot:30,92 Lip:19,34 HC:89,17	Espirales en salsa de tomate (sin sal añadida) Magro de cerdo con tomate (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:894,59 Prot:27,51 Lip:41,83 HC:81,97	Arroz con verduras (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:825,6 Prot:45,04 Lip:17,74 HC:89,39
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas estofadas con puerro (sin sal añadida) Guiso de pavo al curry (sin sal añadida) Con verduras Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:598,34 Prot:41,67 Lip:9,23 HC:79,94	Patatas estofadas con verduras (sin sal añadida) Escalope de pollo asado (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:847,9 Prot:32,77 Lip:49,71 HC:83,32	Arroz con verduras (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:867,95 Prot:33,78 Lip:33,45 HC:88,96	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Alubias blancas estofadas (sin sal añadida) al estilo provenzal (sin sal añadida) Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:707,15 Prot:45,45 Lip:19,14 HC:78,1	Macarrones en salsa de tomate (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:620,03 Prot:40,48 Lip:9,97 HC:87,94	Sopa de ave con pistones (sin sal añadida) Goulash de ternera (sin sal añadida) Con patatas Fruta / pan / agua Kcal:827,33 Prot:66,64 Lip:34,25 HC:60,8	Lentejas guisadas con arroz (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:895,14 Prot:35,36 Lip:25,44 HC:82,31	Judías verdes con patatas (sin sal añadida) Muslo de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:767,82 Prot:35,07 Lip:36,05 HC:71,72
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz blanco en salsa de tomate (sin sal añadida) Filete de pavo al horno (sin sal añadida) Con zanahoria Yogurt desnatado / pan / agua Kcal:800,04 Prot:47,61 Lip:14,49 HC:90,11	Alubias pintas estofadas con verduras (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:872,92 Prot:37,59 Lip:41,03 HC:77,88	Crema de brócoli (sin sal añadida) Jamonicos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:682,1 Prot:41,43 Lip:21,2 HC:75,3	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Garbanzos estofados con verduras (sin sal añadida) Yogurt desnatado / Pan / Agua Kcal:794,45 Prot:28,34 Lip:29,72 HC:85,49	Coditos salteados y verduras wok (sin sal añadida) Tortilla francesa (sin sal añadida) Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:775,3 Prot:41,13 Lip:28,15 HC:84,4

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin gluten (celíaco), ni cerdo ni lactosa ESPECIAL

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:831,32 Prot:55,6 Lip:26,02 HC:87,54</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Arroz en blanco</p> <p>Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:832,47 Prot:23,37 Lip:25,54 HC:120,28</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabaza Fruta / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:713,11 Prot:41,28 Lip:9,81 HC:88,01</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Fruta / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:622,67 Prot:37,97 Lip:13,98 HC:80,8</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:847,17 Prot:31,95 Lip:19,99 HC:123,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,41 Prot:28,42 Lip:43,23 HC:126,04</p>	<p>Arroz con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Filete de pavo al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:809,2 Prot:47,08 Lip:19,55 HC:107,19</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Filete de merluza al horno Con zanahoria Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:618,29 Prot:43,06 Lip:9,54 HC:82,61</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:876,16 Prot:33,86 Lip:51,37 HC:86,1</p>	<p>Arroz blanco con calabaza</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:896,88 Prot:34,9 Lip:34,56 HC:104,32</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:730,72 Prot:46,96 Lip:19,78 HC:80,7</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:640,7 Prot:41,83 Lip:10,3 HC:90,87</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Gouglas de ternera Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:838,15 Prot:67,52 Lip:34,69 HC:58,54</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,98 Prot:36,54 Lip:26,29 HC:126,39</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:793,41 Prot:36,24 Lip:37,26 HC:74,11</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz en blanco</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:49,2 Lip:14,97 HC:113,78</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Palometa al horno Con calabacín Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:902,02 Prot:38,84 Lip:42,4 HC:80,48</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con calabaza Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:704,84 Prot:42,81 Lip:21,91 HC:77,81</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Filete de merluza al horno Con patatas Fruta / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:801,15 Prot:42,5 Lip:29,08 HC:97,55</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

SIN TOMATE, BERENJENA, MOSTAZA, HABA, PIPAS DE GIRASOL, FRUTA PELADA

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Lentejas estofadas (sin tomate, sin zanahoria) Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua Kcal:793,23 Prot:53,14 Lip:30,22 HC:72,96	Coliflor al ajoarriero Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua Kcal:592,24 Prot:24,66 Lip:11,58 HC:69,79	Sopa de ave con fideos (sin zanahoria, sin caldo) Garbanzos estofados con carne (sin tomate y sin Fruta / pan / Agua Kcal:769,01 Prot:37,89 Lip:28,05 HC:85,9	Crema de calabaza Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua Kcal:763,01 Prot:26,03 Lip:31,69 HC:86,91	Macarrones en blanco Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua Kcal:625,72 Prot:15,9 Lip:18,24 HC:95,25
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Crema de calabacín (calabacín, patata) Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Fruta / pan / Agua Kcal:533,32 Prot:24,33 Lip:13,84 HC:72,96	Patata en blanco Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:611,97 Prot:31,43 Lip:21,09 HC:70,4	Brócoli con patatas Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:758,74 Prot:26,32 Lip:21,68 HC:105,55	Espirales en blanco Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogurt/ Pan/ Agua Kcal:648,03 Prot:16,19 Lip:27,07 HC:82,43	Arroz con verduras (sin tomate, sin zanahoria) Filete de pavo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:745,03 Prot:38,76 Lip:19,55 HC:100,16
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas estofadas con puerro (sin tomate, sin zanahoria) Filete de merluza al horno Con zanahoria Yogurt / pan / agua Kcal:505,8 Prot:27,44 Lip:11,5 HC:67,23	Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria) Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:790,98 Prot:26,18 Lip:42,93 HC:69,56	Arroz blanco con calabaza Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:839,14 Prot:32,04 Lip:35,86 HC:91,83	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Acelgas con patatas Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan / Agua Kcal:588,13 Prot:23,95 Lip:9,4 HC:69,35	Macarrones en blanco Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:506,98 Prot:25,31 Lip:11,75 HC:72,16	Sopa de ave con pistones (sin ajo) Goulash de ternera (sin tomate, sin zanahoria) Con patatas Fruta / pan / agua Kcal:600,62 Prot:38,8 Lip:24,84 HC:51,24	(sin tomate, sin zanahoria, sin pimentón) Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:744,87 Prot:33,08 Lip:33,77 HC:73,42	Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:810,47 Prot:37,02 Lip:38,06 HC:75,7
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz en blanco Fogonero al horno Con zanahoria Yogurt/ Pan/ Agua Kcal:596,87 Prot:26,45 Lip:11,6 HC:91,94	Acelgas con patatas Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua Kcal:661,74 Prot:22,8 Lip:30,25 HC:74,22	Crema de brócoli Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:732,96 Prot:44,19 Lip:26,13 HC:74,46	Sopa de ave con fideos (sin zanahoria, sin caldo) Garbanzos estofados con carne (sin tomate y sin Fruta / pan / Agua Kcal:763,01 Prot:26,03 Lip:31,69 HC:86,91	Pasta en blanco Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua Kcal:666,81 Prot:30,43 Lip:24,58 HC:83,44

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

SIN GARBANZOS NI PUERRO

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:876,02 Prot:58,59 Lip:27,41 HC:92,25</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:877,23 Prot:24,63 Lip:26,92 HC:126,74</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin especias)</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:841,64 Prot:42,08 Lip:29,86 HC:94,95</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:865,07 Prot:30,85 Lip:32,36 HC:103,98</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:751,44 Prot:43,5 Lip:10,34 HC:92,74</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:656,15 Prot:40,01 Lip:14,73 HC:85,14</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo)</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:918,25 Prot:59,63 Lip:31,54 HC:92,14</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,72 Prot:33,67 Lip:21,06 HC:129,76</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:974,11 Prot:29,95 Lip:45,55 HC:132,81</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:852,71 Prot:49,61 Lip:20,61 HC:112,96</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:651,53 Prot:45,38 Lip:10,06 HC:87,05</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:923,27 Prot:35,68 Lip:54,13 HC:90,73</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:945,1 Prot:36,78 Lip:36,42 HC:109,93</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:770,01 Prot:49,49 Lip:20,84 HC:85,04</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:675,14 Prot:44,08 Lip:10,86 HC:95,76</p>	<p>Sopa de ave con pistones (sin ajo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:883,21 Prot:71,15 Lip:36,56 HC:61,69</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:974,71 Prot:38,51 Lip:27,7 HC:133,18</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:836,07 Prot:38,19 Lip:39,26 HC:78,09</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:871,15 Prot:51,84 Lip:15,78 HC:119,89</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:950,51 Prot:40,93 Lip:44,68 HC:84,8</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:742,74 Prot:45,12 Lip:23,09 HC:81,99</p>	<p>Sopa de ave con fideos (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:865,07 Prot:30,85 Lip:32,36 HC:103,98</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:844,22 Prot:44,78 Lip:30,65 HC:102,8</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

NO LENTEJAS, NO ACELGAS NI ESPINACAS NI TERNERA (LEGUMBRE TRITURADA)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Patata en blanco</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:876,02 Prot:58,59 Lip:27,41 HC:92,25</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:877,23 Prot:24,63 Lip:26,92 HC:126,74</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:841,64 Prot:42,08 Lip:29,86 HC:94,95</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:865,07 Prot:30,85 Lip:32,36 HC:103,98</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:751,44 Prot:43,5 Lip:10,34 HC:92,74</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:656,15 Prot:40,01 Lip:14,73 HC:85,14</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:918,25 Prot:59,63 Lip:31,54 HC:92,14</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:892,72 Prot:33,67 Lip:21,06 HC:129,76</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:974,11 Prot:29,95 Lip:45,55 HC:132,81</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:852,71 Prot:49,61 Lip:20,61 HC:112,96</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:651,53 Prot:45,38 Lip:10,06 HC:87,05</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:923,27 Prot:35,68 Lip:54,13 HC:90,73</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:945,1 Prot:36,78 Lip:36,42 HC:109,93</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:770,01 Prot:49,49 Lip:20,84 HC:85,04</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:675,14 Prot:44,08 Lip:10,86 HC:95,76</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:883,21 Prot:71,15 Lip:36,56 HC:61,69</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:974,71 Prot:38,51 Lip:27,7 HC:133,18</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:836,07 Prot:38,19 Lip:39,26 HC:78,09</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:871,15 Prot:51,84 Lip:15,78 HC:119,89</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y alubias</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:950,51 Prot:40,93 Lip:44,68 HC:84,8</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:742,74 Prot:45,12 Lip:23,09 HC:81,99</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:865,07 Prot:30,85 Lip:32,36 HC:103,98</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:844,22 Prot:44,78 Lip:30,65 HC:102,8</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin gluten (celíaco), ni pescado

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:831,32 Prot:55,6 Lip:26,02 HC:87,54</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:832,47 Prot:23,37 Lip:25,54 HC:120,28</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:713,11 Prot:41,28 Lip:9,81 HC:88,01</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:622,67 Prot:37,97 Lip:13,98 HC:80,8</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:859,75 Prot:56,87 Lip:32,02 HC:85,39</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:847,17 Prot:31,95 Lip:19,99 HC:123,14</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,41 Prot:28,42 Lip:43,23 HC:126,04</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:809,2 Prot:47,08 Lip:19,55 HC:107,19</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:618,29 Prot:43,06 Lip:9,54 HC:82,61</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:876,16 Prot:33,86 Lip:51,37 HC:86,1</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:896,88 Prot:34,9 Lip:34,56 HC:104,32</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:730,72 Prot:46,96 Lip:19,78 HC:80,7</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:640,7 Prot:41,83 Lip:10,3 HC:90,87</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:838,15 Prot:67,52 Lip:34,69 HC:58,54</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:924,98 Prot:36,54 Lip:26,29 HC:126,39</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:793,41 Prot:36,24 Lip:37,26 HC:74,11</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Yogur / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:826,71 Prot:49,2 Lip:14,97 HC:113,78</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:902,02 Prot:38,84 Lip:42,4 HC:80,48</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:704,84 Prot:42,81 Lip:21,91 HC:77,81</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan sin gluten / Agua</p> <p>Kcal:820,94 Prot:29,28 Lip:30,71 HC:98,67</p>	<p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan sin gluten / agua</p> <p>Kcal:801,15 Prot:42,5 Lip:29,08 HC:97,55</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Vegano

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:911,77 Prot:60,98 Lip:28,53 HC:96,01</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:913,04 Prot:25,63 Lip:28,02 HC:131,92</p>	<p>Sopa vegetal con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:875,99 Prot:43,8 Lip:31,08 HC:98,82</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:900,38 Prot:32,11 Lip:33,68 HC:108,22</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:782,12 Prot:45,28 Lip:10,76 HC:96,52</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:682,93 Prot:41,65 Lip:15,33 HC:88,62</p>	<p>Arroz en blanco</p> <p>Judías verdes al ajo arriero</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:848,05 Prot:53,23 Lip:30,82 HC:83,89</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Brócoli con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:929,16 Prot:35,04 Lip:21,92 HC:135,06</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1013,87 Prot:31,17 Lip:47,41 HC:138,23</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:887,51 Prot:51,63 Lip:21,45 HC:117,57</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:678,12 Prot:47,23 Lip:10,47 HC:90,6</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:960,95 Prot:37,14 Lip:56,34 HC:94,43</p>	<p>Brócoli al natural</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:983,67 Prot:38,28 Lip:37,91 HC:114,42</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:801,44 Prot:51,51 Lip:21,69 HC:88,51</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:702,7 Prot:45,88 Lip:11,3 HC:99,66</p>	<p>Sopa vegetal con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Guisantes salteados con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:919,26 Prot:74,05 Lip:38,05 HC:64,2</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:1014,49 Prot:40,08 Lip:28,83 HC:138,62</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:870,19 Prot:39,75 Lip:40,86 HC:81,28</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Espinacas rehogadas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:906,71 Prot:53,96 Lip:16,42 HC:124,79</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:989,31 Prot:42,6 Lip:46,5 HC:88,26</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:773,05 Prot:46,96 Lip:24,03 HC:85,34</p>	<p>Sopa vegetal con pasta (sin gluten, sin huevo)</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Fruta / pan / Agua</p> <p>Kcal:900,38 Prot:32,11 Lip:33,68 HC:108,22</p>	<p>Judías verdes salteadas</p> <p>Pasta (Sin gluten, sin huevo) con verduras wok</p> <p>Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:878,68 Prot:46,61 Lip:31,9 HC:106,99</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Tx verduras y pollo

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria, calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, puerro, zanahoria, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Tx patata, puerro, zanahoria, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

FODMAPS (sin verdura hoja verde)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01																																								
<p>Patata en blanco</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:661,48 Prot:44,24 Lip:20,7 HC:69,66</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:662,4 Prot:18,59 Lip:20,32 HC:95,7</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Jamón de cerdo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:635,52 Prot:31,77 Lip:22,55 HC:71,69</p>	<p>Crema de patatas (patata, puerro)</p> <p>Pechuga de pavo al horno (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:567,42 Prot:32,85 Lip:7,8 HC:70,02</p>	LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:495,46 Prot:30,21 Lip:11,12 HC:64,29</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Filete de pollo al horno (sin ajo) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:615,25 Prot:38,62 Lip:22,36 HC:60,86</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:674,1 Prot:25,42 Lip:15,9 HC:97,98</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:735,55 Prot:22,61 Lip:34,4 HC:100,29</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:643,88 Prot:37,46 Lip:15,56 HC:85,29</p>	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	<p>Patata en blanco</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:491,97 Prot:34,26 Lip:7,59 HC:65,73</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Escalope de pollo asado (sin ajo) Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:697,16 Prot:26,94 Lip:40,87 HC:68,51</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:713,64 Prot:27,77 Lip:27,5 HC:83,01</p>	FESTIVO	FESTIVO	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:581,43 Prot:37,37 Lip:15,74 HC:64,21</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:509,8 Prot:33,28 Lip:8,2 HC:72,3</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno (sin ajo) Con patatas Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:666,91 Prot:53,72 Lip:27,61 HC:46,58</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:736 Prot:29,07 Lip:20,92 HC:100,57</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:631,32 Prot:28,84 Lip:29,64 HC:58,96</p>	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:657,81 Prot:39,14 Lip:11,91 HC:90,53</p>	<p>Patata en blanco Con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin especias) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:717,73 Prot:30,9 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:560,84 Prot:34,07 Lip:17,43 HC:61,91</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con patatas Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:637,47 Prot:33,81 Lip:23,14 HC:77,62</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08																																								
<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:495,46 Prot:30,21 Lip:11,12 HC:64,29</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Filete de pollo al horno (sin ajo) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:615,25 Prot:38,62 Lip:22,36 HC:60,86</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:674,1 Prot:25,42 Lip:15,9 HC:97,98</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:735,55 Prot:22,61 Lip:34,4 HC:100,29</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:643,88 Prot:37,46 Lip:15,56 HC:85,29</p>	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15	<p>Patata en blanco</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:491,97 Prot:34,26 Lip:7,59 HC:65,73</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Escalope de pollo asado (sin ajo) Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:697,16 Prot:26,94 Lip:40,87 HC:68,51</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:713,64 Prot:27,77 Lip:27,5 HC:83,01</p>	FESTIVO	FESTIVO	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:581,43 Prot:37,37 Lip:15,74 HC:64,21</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:509,8 Prot:33,28 Lip:8,2 HC:72,3</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno (sin ajo) Con patatas Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:666,91 Prot:53,72 Lip:27,61 HC:46,58</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:736 Prot:29,07 Lip:20,92 HC:100,57</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:631,32 Prot:28,84 Lip:29,64 HC:58,96</p>	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:657,81 Prot:39,14 Lip:11,91 HC:90,53</p>	<p>Patata en blanco Con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin especias) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:717,73 Prot:30,9 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:560,84 Prot:34,07 Lip:17,43 HC:61,91</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con patatas Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:637,47 Prot:33,81 Lip:23,14 HC:77,62</p>										
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15																																								
<p>Patata en blanco</p> <p>Merluza al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:491,97 Prot:34,26 Lip:7,59 HC:65,73</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Escalope de pollo asado (sin ajo) Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:697,16 Prot:26,94 Lip:40,87 HC:68,51</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:713,64 Prot:27,77 Lip:27,5 HC:83,01</p>	FESTIVO	FESTIVO																																								
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22																																								
<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con ensalada Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:581,43 Prot:37,37 Lip:15,74 HC:64,21</p>	<p>Pasta (sin gluten, sin huevo) en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno (sin ajo) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:509,8 Prot:33,28 Lip:8,2 HC:72,3</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno (sin ajo) Con patatas Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:666,91 Prot:53,72 Lip:27,61 HC:46,58</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:736 Prot:29,07 Lip:20,92 HC:100,57</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:631,32 Prot:28,84 Lip:29,64 HC:58,96</p>	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:657,81 Prot:39,14 Lip:11,91 HC:90,53</p>	<p>Patata en blanco Con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin especias) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:717,73 Prot:30,9 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:560,84 Prot:34,07 Lip:17,43 HC:61,91</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con patatas Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:637,47 Prot:33,81 Lip:23,14 HC:77,62</p>																														
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29																																								
<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Fogonero al horno (sin ajo) Con zanahoria Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:657,81 Prot:39,14 Lip:11,91 HC:90,53</p>	<p>Patata en blanco Con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin especias) Con calabacín Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:717,73 Prot:30,9 Lip:33,74 HC:64,03</p>	<p>Crema de calabacín (sin ajo)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados (sin ajo) Con ensalada Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:560,84 Prot:34,07 Lip:17,43 HC:61,91</p>	<p>Sopa de ave con pasta (sin gluten, sin huevo) (sin ajo)</p> <p>Cinta de lomo al horno (sin ajo) Con patatas Yogur de soja /pan sin gluten /</p> <p>Kcal:653,22 Prot:23,3 Lip:24,43 HC:78,51</p>	<p>Judías verdes hervidas</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Fruta (plátano, kiwi, melón)/</p> <p>Kcal:637,47 Prot:33,81 Lip:23,14 HC:77,62</p>																																								

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin proteína de leche de vaca / Sin ternera/ ltp (sin calabacín ni berenjena)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:840,26 Prot:56,19 Lip:26,3 HC:88,48</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:841,42 Prot:23,62 Lip:25,82 HC:121,57</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:807,29 Prot:40,36 Lip:28,64 HC:91,07</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:720,77 Prot:41,72 Lip:9,92 HC:88,95</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Espinacas al natural</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:629,37 Prot:38,38 Lip:14,13 HC:81,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Estofado de pollo al curry Con verduras Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:781,53 Prot:49,06 Lip:28,4 HC:77,31</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:856,28 Prot:32,3 Lip:20,2 HC:124,47</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:934,35 Prot:28,73 Lip:43,69 HC:127,39</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:817,9 Prot:47,58 Lip:19,76 HC:108,35</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:624,93 Prot:43,52 Lip:9,65 HC:83,5</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:885,58 Prot:34,23 Lip:51,92 HC:87,02</p>	<p>Arroz en blanco (laurel, perejil)</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:906,52 Prot:35,28 Lip:34,93 HC:105,44</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Yogur de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:738,58 Prot:47,47 Lip:19,99 HC:81,57</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Fruta pelada/ pan / agua</p> <p>Kcal:647,58 Prot:42,28 Lip:10,41 HC:91,85</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Filete de magro de cerdo al horno Con patatas Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:847,16 Prot:68,24 Lip:35,07 HC:59,17</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:934,93 Prot:36,93 Lip:26,57 HC:127,75</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:801,94 Prot:36,63 Lip:37,66 HC:74,9</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur de soja / pan / agua</p> <p>Kcal:835,6 Prot:49,72 Lip:15,13 HC:115</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Cinta de lomo al horno</p> <p>Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:911,72 Prot:39,26 Lip:42,86 HC:81,34</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:712,42 Prot:43,28 Lip:22,14 HC:78,65</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Yogurt de soja / Pan / Agua</p> <p>Kcal:829,76 Prot:29,59 Lip:31,04 HC:99,73</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta pelada / pan / agua</p> <p>Kcal:809,76 Prot:42,95 Lip:29,4 HC:98,6</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

TX PATATA Y ZANAHORIA

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria
Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua
Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria
Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua
Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	FESTIVO	FESTIVO
Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua		
Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0		
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria
Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua
Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria	Tx patata y zanahoria
Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua	Compota / agua
Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0	Kcal:0 Prot:0 Lip:0 HC:0

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

BAJO EN POTASIO Estricto

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida) Jamonicitos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:670,42 Prot:44,84 Lip:20,98 HC:70,6	Arroz blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida) Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:671,35 Prot:18,84 Lip:20,6 HC:97	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Jamón de cerdo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt natural/ Pan / Agua Kcal:894,16 Prot:53,13 Lip:29,48 HC:76,86	Judías verdes (sin sal añadida) Pechuga de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:662,04 Prot:23,61 Lip:24,77 HC:79,57	blanco(laurel, perejil) (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:575,08 Prot:33,29 Lip:7,91 HC:70,97
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Arroz en blanco (sin sal añadida) Fogonero al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt natural / Pan / Agua Kcal:502,16 Prot:30,62 Lip:11,27 HC:65,16	Sopa de ave con fideos (sin ajo) (sin sal añadida) Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:733 Prot:45,73 Lip:24,91 HC:69,3	Judías verdes (sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:683,2 Prot:25,77 Lip:16,12 HC:99,31	Espirales en blanco (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:745,49 Prot:22,92 Lip:34,86 HC:101,64	Arroz en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida) Filete de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:652,58 Prot:37,97 Lip:15,77 HC:86,45
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Arroz en blanco (sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con ensalada Con ensalada Kcal:625,54 Prot:38,57 Lip:11,73 HC:69,15	Macarrones en blanco (laruel, perejil) (sin sal añadida) Escalope de pollo asado (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:706,58 Prot:27,31 Lip:41,43 HC:69,43	Arroz cen blanco (sin sal añadida) Filete de pavo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:723,29 Prot:28,15 Lip:27,87 HC:84,13	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Sopa de ave con lluvia (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt natural / Pan / Agua Kcal:589,29 Prot:37,87 Lip:15,95 HC:65,08	Macarrones en blanco (sin sal añadida) Filete de abadejo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:686,3 Prot:35,7 Lip:11,4 HC:85,8	Sopa de ave con pistones (sin sal añadida) Filete de magro de cerdo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:675,93 Prot:54,45 Lip:27,98 HC:47,21	Arroz en blanco (sin sal añadida) Filete de merluza al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:745,95 Prot:29,47 Lip:21,2 HC:101,92	Judías verdes con patatas (sin sal añadida) Jamonicitos de pollo asados (sin ajo) (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:639,85 Prot:29,23 Lip:30,04 HC:59,76
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Arroz en blanco (sin sal añadida) Fogonero al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:666,7 Prot:39,67 Lip:12,07 HC:91,75	Judías verdes (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:727,43 Prot:31,32 Lip:34,19 HC:64,9	Arroz en blanco (sin sal añadida) Jamonicitos de pollo asados (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:568,42 Prot:34,53 Lip:17,67 HC:62,75	Sopa de ave con fideos (sin sal añadida) Cinta de lomo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Yogurt natural/ Pan / Agua Kcal:662,04 Prot:23,61 Lip:24,77 HC:79,57	Pasta en blanco (laurel, perejil) (sin sal añadida) Filete de pollo al horno (sin sal añadida) Con ensalada Fruta (manzana, pera) / pan / Kcal:753,19 Prot:36,81 Lip:23,71 HC:89,67

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

TX HIPERPROTEICO SIN LEGUMBRES

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Yogur + Compota / agua Kcal:750,72 Prot:56,28 Lip:36,88 HC:38,034	Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota + Lácteos / agua Kcal:818,23 Prot:58,98 Lip:40,89 HC:53,5	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota + Lácteos / agua Kcal:845,901 Prot:42,195 Lip:48,72 HC:61,85	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota + Lácteos / agua Kcal:750,723 Prot:56,289 Lip:36,88 HC:68,034	Tx patata, zanahoria, calabacín y pescado Compota + Lácteos / agua Kcal:647,17 Prot:48,525 Lip:31,8 HC:58,65
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota + Lácteos / agua Kcal:734,1 Prot:45,04 Lip:33,54 HC:59,98	Tx patata, zanahoria, calabaza y ternera Compota + Lácteos / agua Kcal:797,964 Prot:53,679 Lip:40,54 HC:54,56	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota + Lácteos / agua Kcal:787,5 Prot:45,04 Lip:35,84 HC:65,48	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Yogur + Compota / agua Kcal:776,301 Prot:45,04 Lip:35,148 HC:64,902	Tx patata, zanahoria, puerro, y pescado Compota + Lácteos / agua Kcal:865,35 Prot:60,94 Lip:39,4 HC:71,09
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Yogur + Compota / agua Kcal:891,2 Prot:40,04 Lip:50,64 HC:65,48	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota + Lácteos / agua Kcal:722,1 Prot:43,64 Lip:32,84 HC:59,98	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota + Lácteos / agua Kcal:800,6 Prot:49,14 Lip:36,54 HC:65,48	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota + Lácteos / agua Kcal:787,5 Prot:47,54 Lip:35,84 HC:65,48	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y pescado Compota / agua Kcal:935,98 Prot:63,99 Lip:47,73 HC:62,58	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:844,335 Prot:58,98 Lip:40,89 HC:53,505	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota + Lácteos / agua Kcal:848,337 Prot:47,41 Lip:54,375 HC:62,379	Tx patata, zanahoria, calabacín y pollo Yogur + Compota / agua Kcal:739,41 Prot:51,15 Lip:33,49 HC:61,857
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Yogur + Compota / agua Kcal:818,235 Prot:58,986 Lip:40,59 HC:53,05	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Compota + Lácteos / agua Kcal:851,46 Prot:58,29 Lip:37,671 HC:68,034	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Compota + Lácteos / agua Kcal:960,3 Prot:49,56 Lip:56,82 HC:65,18	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota + Lácteos / agua Kcal:787,5 Prot:47,54 Lip:35,84 HC:65,78	Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Compota + Lácteos / agua Kcal:818,235 Prot:58,98 Lip:40,89 HC:53,505

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

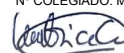
ABRIL 2022

SIN MOSTAZA

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:893,9 Prot:880,57 Lip:27,97 HC:94,13</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:895,13 Prot:653,61 Lip:27,47 HC:129,33</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:807,29 Prot:889,93 Lip:28,64 HC:91,07</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:873,9 Prot:794,45 Lip:32,69 HC:105,04</p>	<p>Macarrones napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:766,78 Prot:691,5 Lip:10,55 HC:94,63</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:669,54 Prot:548,34 Lip:15,03 HC:86,88</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Filete de pollo al horno Con verduras Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:831,42 Prot:716,36 Lip:30,22 HC:82,25</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:819,85 Prot:649,04 Lip:19,34 HC:89,17</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Caldereta de cerdo a la jardinera Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:993,99 Prot:747,95 Lip:46,48 HC:135,52</p>	<p>Paella mediterránea</p> <p>Tortilla de espinacas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:870,11 Prot:962,4 Lip:21,03 HC:115,26</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro</p> <p>Merluza a la mediterránea Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:664,82 Prot:664,82 Lip:10,26 HC:88,83</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:942,11 Prot:986,8 Lip:55,24 HC:92,58</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Tortilla de calabacín Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:954,74 Prot:867,95 Lip:36,79 HC:111,05</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:785,72 Prot:671,79 Lip:21,27 HC:86,78</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa a la crema Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:688,92 Prot:506,98 Lip:11,08 HC:97,71</p>	<p>Sopa de pistones con picadillo</p> <p>Goulash de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:901,24 Prot:728,45 Lip:37,31 HC:62,95</p>	<p>Lentejas guisadas con arroz</p> <p>Tortilla de patatas Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:994,6 Prot:740,9 Lip:28,27 HC:135,9</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:853,13 Prot:885,82 Lip:40,06 HC:79,68</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Fogonero en salsa marinera Con guisantes Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:888,93 Prot:521,16 Lip:16,1 HC:122,34</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Burger meat (hamburguesa) mixta al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:969,91 Prot:969,91 Lip:45,59 HC:86,53</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamonicitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:757,89 Prot:836,22 Lip:23,56 HC:83,67</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con carne</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:873,9 Prot:794,45 Lip:32,69 HC:105,04</p>	<p>Coditos salteados y verduras wok</p> <p>Tortilla francesa Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:861,45 Prot:666,81 Lip:31,27 HC:104,89</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027



ABRIL 2022

FACIL MASTICACIÓN SIN TOMATE

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Lentejas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Burguer meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con calabaza Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:880,57 Prot:719,1 Lip:24,82 HC:96,4</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Tortilla de patatas Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:653,61 Prot:665,66 Lip:23,54 HC:79,54</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:889,93 Prot:747,96 Lip:45,08 HC:86,82</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Albóndigas mixtas (burguer meat) al horno Con calabaza Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:719,1 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Macarrones en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:691,5 Prot:578,38 Lip:13,29 HC:99,12</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Albóndigas de merluza en salsa de cebolla Con zanahoria Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:548,34 Prot:719,1 Lip:13,59 HC:96,67</p>	<p>Judías verdes con patatas al ajoarriero</p> <p>Hamburguesa de pollo en salsa Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:716,36 Prot:665,66 Lip:23,84 HC:72,62</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Filete de merluza al horno Con champiñones Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:649,04 Prot:747,96 Lip:14,94 HC:80,83</p>	<p>Coliflor al ajoarriero</p> <p>Burguer meat (albóndigas) mixtas a la jardinera Con calabaza Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:747,95 Prot:719,1 Lip:23,35 HC:91,02</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:962,4 Prot:578,38 Lip:40,13 HC:97,67</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Lentejas estofadas con puerro (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Merluza a la mediterránea Con zanahoria Yogurt / Pan / Agua</p> <p>Kcal:664,82 Prot:719,1 Lip:10,26 HC:88,83</p>	<p>Patatas estofadas con verduras (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Burguer meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:986,8 Prot:665,66 Lip:59,05 HC:85,72</p>	<p>Brócoli al natural</p> <p>Tortilla de calabacín Con verduras Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:867,95 Prot:747,96 Lip:33,45 HC:88,96</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Alubias blancas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Tortilla francesa Con calabaza Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:671,79 Prot:719,1 Lip:18,18 HC:74,19</p>	<p>Macarrones en blanco</p> <p>Filete de abadejo al horno Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:506,98 Prot:665,66 Lip:11,75 HC:72,16</p>	<p>Sopa de ave con pistones</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) de ternera al horno Con patatas Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:728,45 Prot:747,96 Lip:20,37 HC:80,85</p>	<p>Brócoli al natural</p> <p>Tortilla de patatas Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:740,9 Prot:578,38 Lip:26,3 HC:77,9</p>	<p>Judías verdes con patatas</p> <p>Burguer meat (Hamburguesa) de pollo al horno Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:885,82 Prot:719,1 Lip:49,03 HC:95,64</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Espinacas rehogadas</p> <p>Albóndigas de merluza en salsa Con zanahoria Yogur / pan / agua</p> <p>Kcal:521,16 Prot:719,1 Lip:13,91 HC:79,06</p>	<p>Alubias pintas estofadas (sin tomate, sin zanahoria)</p> <p>Burguer meat (hamburguesa) mixta al horno Con calabacín Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:969,91 Prot:665,66 Lip:45,59 HC:86,53</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Albóndigas de merluza en salsa Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:836,22 Prot:747,96 Lip:39,25 HC:94,24</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p>Natillas / Pan / Agua</p> <p>Kcal:794,45 Prot:719,1 Lip:29,72 HC:85,49</p>	<p>Pasta en blanco</p> <p>Tortilla francesa Con zanahoria Compota / Pan / Agua</p> <p>Kcal:666,81 Prot:578,38 Lip:24,58 HC:83,44</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix bajo en sal, bajo en grasa

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:24,82 Lip:96,4 HC:719,1	Tx patata, puerro, j. verde y huevo Compota / agua Kcal:665,66 Prot:23,54 Lip:79,54 HC:665,66	Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo Natillas sin azúcar + Compota / Kcal:747,96 Prot:45,08 Lip:86,82 HC:747,96	Tx patata, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:719,1 Prot:29,72 Lip:85,49 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:13,29 Lip:99,12 HC:572,66
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:13,59 Lip:96,67 HC:862,92	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:665,66 Prot:23,84 Lip:72,62 HC:940,49	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:14,94 Lip:80,83 HC:972,34	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:23,35 Lip:91,02 HC:862,92	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:40,13 Lip:97,67 HC:744,45
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:10,26 Lip:88,83 HC:862,92	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:665,66 Prot:59,05 Lip:85,72 HC:940,49	Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:33,45 Lip:88,96 HC:972,34	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:18,18 Lip:74,19 HC:862,92	Tx patata, pasta, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:665,66 Prot:11,75 Lip:72,16 HC:940,49	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:20,37 Lip:80,85 HC:972,34	Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:26,3 Lip:77,9 HC:744,45	Tx patata, judía verde y pollo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:49,03 Lip:95,64 HC:862,92
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:13,91 Lip:79,06 HC:862,92	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y hamburguesa Compota / agua Kcal:665,66 Prot:45,59 Lip:86,53 HC:940,49	Tx patata, brocoli y pollo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:39,25 Lip:94,24 HC:972,34	Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:29,72 Lip:85,49 HC:862,92	Tx patata, zanahoria, pasta y huevo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:24,58 Lip:83,44 HC:744,45

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix sin lactosa

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:96,4 Lip:719,1 HC:43,12</p>	<p>Tx patata, puerro, j. verde y huevo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:79,54 Lip:665,66 HC:40,63</p>	<p>Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:86,82 Lip:747,96 HC:32,34</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro y calabaza y pollo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:85,49 Lip:719,1 HC:43,12</p>	<p>Tx patata, pasta, puerro y pescado</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:99,12 Lip:572,66 HC:41,83</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:96,67 Lip:862,92 HC:64,68</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:72,62 Lip:940,49 HC:67,77</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y merluza</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:80,83 Lip:972,34 HC:48,51</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:91,02 Lip:862,92 HC:64,68</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, arroz y pescado</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:97,67 Lip:744,45 HC:62,75</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, lentejas, merluza</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:88,83 Lip:862,92 HC:64,68</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:85,72 Lip:940,49 HC:67,77</p>	<p>Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:88,96 Lip:972,34 HC:48,51</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:74,19 Lip:862,92 HC:64,68</p>	<p>Tx patata, pasta, calabaza y abadejo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:72,16 Lip:940,49 HC:67,77</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:80,85 Lip:972,34 HC:48,51</p>	<p>Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:77,9 Lip:744,45 HC:62,75</p>	<p>Tx patata, judía verde y pollo</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:95,64 Lip:862,92 HC:64,68</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Tx patata, zanahoria, arroz y fogonero</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:79,06 Lip:862,92 HC:64,68</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:86,53 Lip:940,49 HC:67,77</p>	<p>Tx patata, brocoli y pollo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:94,24 Lip:972,34 HC:48,51</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo</p> <p>Yogur soja / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:85,49 Lip:862,92 HC:64,68</p>	<p>Tx patata, zanahoria, pasta y huevo</p> <p>Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:83,44 Lip:744,45 HC:62,75</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix hiperproteico, hipercalorico

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:719,1 Lip:43,12 HC:32,57</p>	<p>Tx patata, puerro, j. verde y huevo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:665,66 Lip:40,63 HC:30,31</p>	<p>Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo</p> <p>Natillas + Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:747,96 Lip:32,34 HC:43,06</p>	<p>Tx patata, calabaza y ternera</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:719,1 Lip:43,12 HC:32,57</p>	<p>Tx patata, pasta, puerro y pescado</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:572,66 Lip:41,83 HC:18,9</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado</p> <p>Natillas + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:940,49 Lip:67,77 HC:47,02</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y merluza</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:972,34 Lip:48,51 HC:55,97</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, arroz y pescado</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:744,45 Lip:62,75 HC:24,57</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, lentejas, merluza</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:940,49 Lip:67,77 HC:47,02</p>	<p>Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:972,34 Lip:48,51 HC:55,97</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo</p> <p>Natillas + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>	<p>Tx patata, pasta, calabaza y abadejo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:940,49 Lip:67,77 HC:47,02</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:972,34 Lip:48,51 HC:55,97</p>	<p>Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:744,45 Lip:62,75 HC:24,57</p>	<p>Tx patata, judía verde y pollo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Tx patata, zanahoria, arroz y fogonero</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:665,66 Prot:940,49 Lip:67,77 HC:47,02</p>	<p>Tx patata, brocoli y pollo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:747,96 Prot:972,34 Lip:48,51 HC:55,97</p>	<p>Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo</p> <p>Natillas + Compota / agua</p> <p>Kcal:719,1 Prot:862,92 Lip:64,68 HC:42,35</p>	<p>Tx patata, zanahoria, pasta y huevo</p> <p>Yogur + Compota / agua</p> <p>Kcal:578,38 Prot:744,45 Lip:62,75 HC:24,57</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix hiperproteico, diabetico

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo Yogur desnatado + Compota / Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, puerro, j. verde y huevo Yogur desnatado + Compota / Kcal:665,66 Prot:40,63 Lip:30,31 HC:54,68	Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo Natillas + Compota / agua Kcal:747,96 Prot:32,34 Lip:43,06 HC:54,68	Tx patata, calabaza y ternera Yogur desnatado + Compota / Kcal:719,1 Prot:43,12 Lip:32,57 HC:60,15	Tx patata, pasta, puerro y pescado Yogur desnatado + Compota / Kcal:578,38 Prot:41,83 Lip:18,9 HC:56,46
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Natillas sin azúcar + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Yogur desnatado + Compota / Kcal:665,66 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y merluza Yogur desnatado + Compota / Kcal:747,96 Prot:48,51 Lip:55,97 HC:71,09	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo Yogur desnatado + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, puerro, arroz y pescado Yogur desnatado + Compota / Kcal:578,38 Prot:62,75 Lip:24,57 HC:73,39
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, lentejas, merluza Yogur desnatado + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pescado Yogur desnatado + Compota / Kcal:665,66 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54	Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo Yogur desnatado + Compota / Kcal:747,96 Prot:48,51 Lip:55,97 HC:71,09	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo Natillas sin azúcar + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, pasta, calabaza y abadejo Yogur desnatado + Compota / Kcal:665,66 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Yogur desnatado + Compota / Kcal:747,96 Prot:48,51 Lip:55,97 HC:71,09	Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo Yogur desnatado + Compota / Kcal:578,38 Prot:62,75 Lip:24,57 HC:73,39	Tx patata, judía verde y pollo Yogur desnatado + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, arroz y fogueño Yogur desnatado + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y Yogur desnatado + Compota / Kcal:665,66 Prot:67,77 Lip:47,02 HC:61,54	Tx patata, brocoli y pollo Yogur desnatado + Compota / Kcal:747,96 Prot:48,51 Lip:55,97 HC:71,09	Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo Natillas sin azúcar + Compota / Kcal:719,1 Prot:64,68 Lip:42,35 HC:78,19	Tx patata, zanahoria, pasta y huevo Yogur desnatado + Compota / Kcal:578,38 Prot:62,75 Lip:24,57 HC:73,39

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Túrmix sin pescado

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Tx lentejas, zanahoria, patata y pollo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:32,57 Lip:60,15 HC:719,1	Tx patata, puerro, j. verde y huevo Compota / agua Kcal:665,66 Prot:30,31 Lip:54,68 HC:665,66	Tx patata, zanahoria, calabacín, garbanzos y pavo Natillas sin azúcar + Compota / Kcal:747,96 Prot:43,06 Lip:54,68 HC:747,96	Tx patata, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:719,1 Prot:32,57 Lip:60,15 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:18,9 Lip:56,46 HC:578,38
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, j.verde y pollo Compota / agua Kcal:665,66 Prot:47,02 Lip:61,54 HC:665,66	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:55,97 Lip:71,09 HC:747,96	Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y huevo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pollo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:24,57 Lip:73,39 HC:578,38
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Tx patata, zanahoria, puerro, calabaza y ternera Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:665,66 Prot:47,02 Lip:61,54 HC:665,66	Tx patata, zanahoria, arroz, calabaza y huevo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:55,97 Lip:71,09 HC:747,96	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1	Tx patata, pasta, calabaza y ternera Compota / agua Kcal:665,66 Prot:47,02 Lip:61,54 HC:665,66	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín y pavo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:55,97 Lip:71,09 HC:747,96	Tx patata, zanahoria, lentejas y huevo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:24,57 Lip:73,39 HC:578,38	Tx patata, judía verde y pollo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Tx patata, zanahoria, calabaza y pollo Yogur / agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, puerro, calabacín, alubias y hamburguesa Compota / agua Kcal:665,66 Prot:47,02 Lip:61,54 HC:665,66	Tx patata, brocoli y pollo Compota / agua Kcal:747,96 Prot:55,97 Lip:71,09 HC:747,96	Tx patata, zanahoria, puerro, garbanzos, calabacín y pavo Natillas / Agua Kcal:719,1 Prot:42,35 Lip:78,19 HC:719,1	Tx patata, zanahoria, pasta y huevo Compota / agua Kcal:578,38 Prot:24,57 Lip:73,39 HC:578,38

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

Sin pescado, marisco, legumbres, frutos secos (cacahuete, anacardo, pistacho)

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:752,45 Prot:20,7 Lip:69,66 HC:752,45</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:20,32 Lip:95,7 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con calabaza Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:22,55 Lip:71,69 HC:0</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:24,43 Lip:78,51 HC:0</p>	<p>(macarrones, zanahoria, cebolla, tomate)</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:7,8 Lip:70,02 HC:0</p>
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
<p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:11,12 Lip:64,29 HC:0</p>	<p>Patata en blanco</p> <p>Filete de pollo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:25,68 Lip:69,91 HC:0</p>	<p>Brócoli con patatas</p> <p>Jamón de cerdo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:15,9 Lip:97,98 HC:0</p>	<p>Espirales en salsa de tomate</p> <p>Magro de cerdo con tomate Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:34,4 Lip:100,29 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:15,56 Lip:85,29 HC:0</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p>Coliflor con patatas y ajo</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:7,59 Lip:65,73 HC:0</p>	<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Escalope de pollo asado Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:40,87 Lip:68,51 HC:0</p>	<p>Arroz con verduras (sin leguminosas)</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:27,5 Lip:83,01 HC:0</p>	FESTIVO	FESTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
<p>Acelgas con patatas</p> <p>Filete de lomo adobado asado al estilo provenzal Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:15,74 Lip:64,21 HC:0</p>	<p>Macarrones en salsa de tomate</p> <p>Cinta de lomo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:8,2 Lip:72,3 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta</p> <p>Goulas de ternera Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:31,71 Lip:53,5 HC:0</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pavo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:21,47 Lip:84,26 HC:0</p>	<p>Arroz blanco con zanahoria, calabacín y calabaza</p> <p>Muslo de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:29,64 Lip:58,96 HC:0</p>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
<p>Arroz blanco en salsa de tomate</p> <p>Filete de pavo al horno Con zanahoria Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:11,91 Lip:90,53 HC:0</p>	<p>Acelgas con patatas</p> <p>Cinta de lomo al horno Con calabacín Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:33,74 Lip:64,03 HC:0</p>	<p>Crema de brócoli</p> <p>Jamoncitos de pollo asados Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:20,02 Lip:71,12 HC:0</p>	<p>Sopa de ave con pasta</p> <p>Cinta de lomo al horno Con patatas Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:24,43 Lip:78,51 HC:0</p>	<p>Coditos con tomate</p> <p>Filete de pollo al horno Con ensalada Fruta / pan / agua</p> <p>Kcal:0 Prot:23,14 Lip:77,62 HC:0</p>

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027

ABRIL 2022

RECOMENDACIONES DE CENAS CENTROS DE DIA

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01
Sopa Cerdo Patata	Legumbre Ternera Verdura	Verdura Ave Arroz	Arroz Pescado Verdura	Crema de verduras Huevo Verdura cruda
LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Arroz Cerdo Verdura cruda	Sopa Huevo Verdura cruda	Verdura Ave Arroz	Sopa Ave Arroz	Crema de verduras Pescado blanco Patata
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Verdura Huevo Pasta	Pasta Cerdo Verdura	Verdura Pescado blanco Patata	FESTIVO	FESTIVO #N/A
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Verdura Ave Patata	Crema de verduras Huevo Verdura cruda	Verdura Ave Arroz	Verdura Cerdo Patata	Arroz Pescado blanco Verdura
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Verdura Ave Verdura cruda	Sopa Pescado blanco Patata	Arroz Huevo Verdura	Verdura Pescado Arroz	Crema de verduras Ave Legumbre

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

DIETISTA-NUTRICIONISTA: VICTORIA G
Nº COLEGIADO: MAD00027