serunion@

CrEa tu RutiNa Saludable En FamiLia

AENOR PROTOCOLO FRENTE AL COVID-19 SERUNION



INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN **BICICLETA SIEMPRE QUE** TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS **DIARIOS Y MEJORA TU** FLEXIBILIDAD



APROVECHA LAS FRUTAS Y **VERDURAS DE TEMPORADA**



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

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

RECOMENDADOR DE CENAS













pescado

carne













fruta

legumbres

carne

POSTRE















www.serunion.es

Sei union @	DICIE	MBRE 2024	ENU	BASAL			,	VILLAEUROPA	
LUNES	DIGIL	MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
,						,		,	
	2		3		4		5		6
Arroz a banda		Sopa de cocido con fideos		Coditos gratinados		Crema de verduras y hortalizas			
Flamenquines		Cocido completo		Merluza en salsa verde con guisantes		Hamburguesa con salsa de queso		FESTIVO	
Ensalada de lechuga y zanahoria				-		Patatas fritas			
Pan blanco y Fruta fresca 757,6Kcal - Prot:25,7g - Lip:40,5g - HC:67,6g AGS:2,9g - Azúcares:21,3g - Sal:1,6g		Pan blanco y Yogur sabor 629,4Kcal - Prot:30,5g - Lip:16,9g - HC:86,6g AGS: Azúcares:20,9g - Sal:2,8g	:4,7g -	Pan blanco y Fruta fresca 695,3Kcal - Prot:30,7g - Lip:20,1g - HC:93,0g AGS:7,1g - Azúcares:20,1g - Sal:1,7g		Pan blanco y Yogur sabor 627,3Kcal - Prot:25,8g - Lip:20,6g - HC:82,7g AGS:4,4g - Azúcares:15,0g - Sal:2,3g			
	9	JORNADA TRIS TRA	4S 10		11		12		13
Menestra de verduras salteada con patata		Tallarines salta salta		Crema de calabaza y manzana		Lentejas estofadas con verduras		Arroz con salsa de tomate	
Magro de cerdo al curry		Salmón al horno macerado en piñ	a	Contramuslo de pollo al ajillo		Calamar rabas rebozadas		Tortilla francesa con york	
Arroz blanco		Calabacín salteado		Ensalada de lechuga y tomate		Ensalada de lechuga y aceitunas		Ensalada de lechuga y maíz	
Pan blanco y Fruta fresca 549,7Kcal - Prot:12,9g - Lip:8,5g - HC:101,3g AGS:1,2g - Azúcares:23,3g - Sal:1,3g		Pan blanco y Yogur sabor 652,2Kcal - Prot:29,4g - Lip:22,8g - HC:84,2g AGS: Azúcares:20,2g - Sal:2,3g	:6,7g -	Pan blanco y Fruta fresca 690,3Kcal - Prot:35,2g - Lip:19,6g - HC:88,9g AGS:3,8g - Azúcares:20,4g - Sal:1,9g	4	Pan blanco y Yogur sabor 626,2Kcal - Prot:33,4g - Lip:21,4g - HC:69,2g AGS:4,8g - Azúcares:21,1g - Sal:2,6g		Pan blanco y Fruta fresca 796,6Kcal - Prot:25,7g - Lip:27,2g - HC:108,7g AGS:8,0g - Azúcares:31,3g - Sal:2,8g	
	16		17		18		19	C. ESPECIAL NAVIDAD	20
Macarrones aglio-olio		Alubias blancas con verduras		Paella mixta		Sopa de cocido con fideos ecológicos		Crema de zanahoria	
Albóndigas con verduritas		Tortilla de patata y cebolla		Abadejo en adobo de limón frito		Cocido completo		Hamburguesa de ternera completa	
-	*	Tomate aliñado con orégano		Ensalada de lechuga y zanahoria		=		Patatas fritas	
Pan blanco y Fruta fresca 652,4Kcal - Prot:23,4g - Lip:23,0g - HC:85,5g AGS:6,0g - Azúcares:18,4g - Sal:2,5g		Pan blanco y Yogur sabor 541,9Kcal - Prot:28,3g - Lip:14,5g - HC:67,0g AGS: Azúcares:18,9g - Sal:1,9g	:2,0g -	Pan blanco y Fruta fresca 637,2Kcal - Prot:36,3g - Lip:27,1g - HC:61,0g AGS:8,1g - Azúcares:14,8g - Sal:2,2g		Pan blanco y Yogur sabor 624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g AGS:4,2g - Azúcares:20,7g - Sal:1,4g		Pan blanco y Rey Mago de chocolate 526,9Kcal - Prot:23,5g - Lip:12,1g - HC:76,1g AGS:1,7g - Azúcares:18,6g - Sal:1,8g	
`	23		24		25		26		27
VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
						(I			
	30		31						

serunion@

VACACIONES DE NAVIDAD

serunion@	DICIEMBRE 2	MEN	Ú	Sin gluten	x		VIII	.AEUROPA	
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	VILL	VIERNES	
Arroz con verduras Pechuga de pollo a la plancha		de cocido con fideos sin gluten os con patata, col, pollo y ternera	3	Coditos sin gluten con tomate Merluza en salsa verde con guisantes	4	Crema de verduras y hortalizas Filete de pavo en salsa Patatas fritas	5	FESTIVO	6
Ensalada de lechuga y zanahoria Pan sin gluten y Fruta fresca	Pa	n sin gluten y Yogur sabor		Pan sin gluten y Fruta fresca		Pan sin gluten y Yogur sabor			
Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo al curry Arroz blanco Pan sin gluten y Fruta fresca	Espa Salmó	NADA TRIS TRAS aguetis sin gluten salta salta in al horno macerado en piña Calabacín salteado in sin gluten y Yogur sabor	10	Crema de calabaza y manzana Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Pan sin gluten y Fruta fresca	11	Alubias estofadas Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Pan sin gluten y Yogur sabor	12	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca	13
Macarrones sin gluten aglio-olio Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca	То	Alubias con verduras ortilla de patata y cebolla mate aliñado con orégano n sin gluten y Yogur sabor	17	Paella de verduritas Abadejo en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria Pan sin gluten y Fruta fresca	18	Sopa de cocido con fideos sin gluten Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan sin gluten y Yogur sabor	19	C. ESPECIAL NAVIDAD Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas Pan sin gluten y Fruta fresca	20
VACACIONES DE NAVIDAD	23 v	ACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	27
VACACIONES DE NAVIDAD		ACACIONES DE NAVIDAD	J1						

serunion@		MEN	Ú	8					
LUNES	DICIEMBRE 2024	MARTES		Sin PLV MIERCOLES		JUEVES	VIL	LAEUROPA VIERNES	
	2		3		4		5		6
Arroz con verduras		de ave con fideos	3	Coditos con tomate	-	Crema de verduras y hortalizas	J		J
Pechuga de pollo a la plancha	Garbanz	os con patata y pollo		Merluza en salsa verde con guisantes		Filete de pavo en salsa		FESTIVO	
Ensalada de lechuga y zanahoria						Patatas fritas			
Pan y Fruta fresca	Par	y Yogur de soja		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur de soja			
7	9 JORNA	DA TRIS TRAS	10		11		12		13
Menestra de verduras salteadas		ines con verduras		Crema de calabaza y manzana		Lentejas con verduras		Arroz con salsa de tomate	
Cinta de lomo fresca a la plancha		orno macerado en piña abacín salteado		Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate		Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y aceitunas		Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz	
Arroz blanco Pan y Fruta fresca	Par	y Yogur de soja		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur de soja		Pan y Fruta fresca	
								0 7007074 11417545	
Macarrones aglio-olio	16	ias con verduras	17	Paella de verduritas	18	Sopa de ave con fideos	19	C. ESPECIAL NAVIDAD Crema de zanahoria	20
Cinta de lomo fresca a la plancha		de patata y cebolla		Abadejo en adobo de limón frito		Garbanzos con patata y pollo		Jamoncitos de pollo al horno	
Ensalada de lechuga y maíz		aliñado con orégano		Ensalada de lechuga y zanahoria		Garbanzos con patata y pono		Patatas fritas	
Pan y Fruta fresca	Pan	y Yogur de soja		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur de soja		Pan y Fruta fresca	
								* a	
,	23		24		25		26		27
VACACIONES DE NAVIDAD	VACAC	IONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
						*			
	30		31						
VACACIONES DE NAVIDAD	VACAC	IONES DE NAVIDAD							

serunion@ LUNES	DICIEMBRE 2024 MARTES	NÚ	Sin huevo MIERCOLES	2	JUEVES	١	ILLAEUROPA VIERNES	
Arroz con verduras	2 Sopa de cocido con fideos	3	Coditos con tomate	4	Crema de verduras y hortalizas	5		6
Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca	Garbanzos con patata, col, pollo y terr Pan y Yogur sabor	era	Merluza en salsa verde con guisantes Pan y Fruta fresca		Filete de pavo en salsa Patatas fritas Pan y Yogur sabor		FESTIVO	
Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo al curry Arroz blanco Pan y Fruta fresca	9 JORNADA TRIS TRA Tallarines con verduras Salmón al horno macerado en piña Calabacín salteado Pan y Yogur sabor	S 10	Crema de calabaza y manzana Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Pan y Fruta fresca	11	Lentejas con verduras Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Pan y Yogur sabor	12	Arroz con salsa de tomate Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan y Fruta fresca	13
Macarrones aglio-olio	16 Alubias con verduras	17	Paella de verduritas	18	Sopa de cocido con fideos	19	C. ESPECIAL NAVIDAD Crema de zanahoria	20
Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Pan y Fruta fresca	Contramuslo de pollo con reducción de pi y tomate Tomate aliñado con orégano Pan y Yogur sabor	niento	Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca		Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan y Yogur sabor		Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas Pan y Fruta fresca	
	23	24		25		26	, any , rate need	27
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	

31

VACACIONES DE NAVIDAD

serunion@	DIGIE	MENÚ DICIEMBRE 2024			5		W. A. F. U. P. D. P.		
LUNES	DICIEI	MARTES		Sin frutos secos MIÉRCOLES		JUEVES	v	ILLAEUROPA VIERNES	
Arroz a banda	2	Sopa de cocido con fideos	3	Coditos gratinados	4	Crema de verduras y hortalizas	5		6
Flamenquines Ensalada de lechuga y zanahoria	200	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Merluza en salsa verde con guisantes		Hamburguesa en salsa de quesos Patatas fritas		FESTIVO	
Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor			
Menestra de verduras salteadas	9	JORNADA TRIS TRAS Tallarines salta salta	10	Crema de calabaza y manzana	11	Lentejas con verduras	12	Arroz con salsa de tomate	13
Magro de cerdo al curry Arroz blanco		Salmón al horno macerado en piña Calabacín salteado		Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate		Calamar rabas rebozadas Ensalada de lechuga y aceitunas		Tortilla con york Ensalada de lechuga y maíz	
Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca	
	16		17		18		19	C. ESPECIAL NAVIDAD	20
Macarrones aglio-olio Albóndigas con verduritas		Alubias con verduras Tortilla de patata y cebolla Tomate aliñado con orégano		Paella mixta Abadejo en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria		Sopa de cocido con fideos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas	
Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca	
	23		24		25		26		27
VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
	30		31						
VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD							

serunion@		MENÚ DICIEMBRE 2024			8				
LUNES	DICIEMBRE	MARTES		Sin marisco MIÉRCOLES		JUEVES	V	ILLAEUROPA VIERNES	
	2		3		4		5		6
Arroz con verduras	180	Sopa de cocido con fideos		Coditos gratinados		Crema de verduras y hortalizas			
Pechuga de pollo a la plancha	Garba	nzos con patata, col, pollo y ternera		Merluza en salsa verde con guisantes		Filete de pavo en salsa Patatas fritas		FESTIVO	
Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor			
ran y rrata nesea		Tan y Togar Subor		run y rruta nesea		Tally Togul Sasor			
	9 <i>JO</i>	RNADA TRIS TRAS	10		11		12		13
Menestra de verduras salteadas	9 10	Tallarines salta salta	10	Crema de calabaza y manzana	11	Lentejas con verduras	12	Arroz con salsa de tomate	13
Magro de cerdo al curry	Sal	lmón al horno macerado en piña		Pollo al ajillo		Filete de merluza al horno		Tortilla con york	
Arroz blanco		Calabacín salteado		Ensalada de lechuga y tomate		Ensalada de lechuga y aceitunas		Ensalada de lechuga y maíz	
Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca	
	16		17		18		19	C. ESPECIAL NAVIDAD	20
Macarrones aglio-olio		Alubias con verduras		Paella de verduritas		Sopa de cocido con fideos		Crema de zanahoria	
Albóndigas con verduritas		Tortilla de patata y cebolla Tomate aliñado con orégano		Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y zanahoria		Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Hamburguesa de ternera completa Patatas fritas	
Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Fruta fresca		Pan y Yogur sabor		Pan y Rey Mago de chocolate	
								p	
	23		24		25		26		27
VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
						*			
	30		31						
								¥	

serunion@	DIGITADDE 8084	MENU	9					
LUNES	DICIEMBRE 2024 MART	ES	Sin Huevo y frutos secos MIÉRCOLES		JUEVES	V	ILLAEUROPA VIERNES	
 Arroz con verduras Pechuga de pollo a la plancha	2 Sopa de cocido con f Garbanzos con patata, col, p		Coditos con tomate Merluza en salsa verde con guisantes	4	Crema de verduras y hortalizas Filete de pavo en salsa	5	FESTIVO	6
Ensalada de lechuga y zanahoria Pan Fruta fresca	Pan Yogursabo	r	Pan Fruta fresca		Patatas fritas Pan Yogur sabor			
Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo al curry Arroz blanco Pan Fruta fresca	9 JORNADA TRI Tallarines con verdo Salmón al horno macerac Calabacín salteac Pan Yogur sabo	uras do en piña do	Crema de calabaza y manzana Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Pan Fruta fresca	11	Lentejas con verduras Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Pan Yogur sabor	12	Arroz con salsa de tomate Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan y Fruta fresca	13
Macarrones aglio-olio Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Pan Fruta fresca	Alubias con verdur Contramuslo de pollo con reduc y tomate Tomate aliñado con or	ción de pimiento régano	Paella de verduritas Abadejo en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria Pan Fruta fresca	18	Sopa de cocido con fideos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan Yogur sabor	19	C. ESPECIAL NAVIDAD Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas Pan y Fruta fresca	20
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAV	24 VIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	27
	5							

30

VACACIONES DE NAVIDAD

serunion@	DICIE		Ú Sin pesca	do, frutos secos, melocotón y pl	átano		V	/ILLAEUROPA	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
	2		3		4		5		6
Arroz con verduras	(40)	Sopa de cocido con fideos		Coditos gratinados		Crema de verduras y hortalizas			
Pechuga de pollo a la plancha		Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Cinta de lomo fresca a la plancha Guisantes salteados		Filete de pavo en salsa Patatas fritas		FESTIVO	
Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca permitida		Pan y Yogur de fresa		Pan y Fruta fresca permitida		Pan y Yogur de fresa			
run y rrata nesca permitia		run y rogar de nesa		ran y rrata nesca permitida		ran y rogar de nesa			
	•	TOON A TOTO TO AC	10		44		40		
Menestra de verduras salteadas	9	JORNADA TRIS TRAS Tallarines salta salta	10	Crema de calabaza y manzana	11	Lentejas con verduras	12	Arroz con salsa de tomate	13
				,					
Magro de cerdo al curry Arroz blanco		Pechuga de pavo al horno Calabacín salteado		Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate		Lomo con pimiento y cebolla Ensalada de lechuga y aceitunas		Tortilla con york Ensalada de lechuga y maíz	
Pan y Fruta fresca permitida		Pan y Yogur de fresa		Pan y Fruta fresca permitida		Pan y Yogur de fresa		Pan y Fruta fresca permitida	
	16		17		18		19	C. ESPECIAL NAVIDAD	20
Macarrones aglio-olio		Alubias con verduras		Paella de verduritas		Sopa de cocido con fideos		Crema de zanahoria	
Albóndigas con verduritas		Tortilla de patata y cebolla Tomate aliñado con orégano		Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria		Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas	
Pan y Fruta fresca permitida		Pan y Yogur de fresa		Pan y Fruta fresca permitida		Pan y Yogur de fresa		Pan y Fruta fresca permitida	
	23		24		25		26		27
VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
						4			
	v								

30

VACACIONES DE NAVIDAD

serunion@	MENÚ				NIII ASUDODA			
LUNES	DICIEMBRE 2024 MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	`	VIERNES	
	2	3		4		5		6
Arroz con verduras	Sopa de cocido con fideos sin gluten		Coditos sin gluten con tomate		Crema de verduras y hortalizas			
Pechuga de pollo a la plancha	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Merluza en salsa verde con guisantes		Filete de pavo en salsa		FESTIVO	
Ensalada de lechuga y zanahoria					Patatas fritas			
Pan sin gluten y Fruta fresca	Pan sin gluten y Yogur sabor		Pan sin gluten y Fruta fresca		Pan sin gluten y Yogur sabor			
	9 JORNADA TRIS TRAS	10		11		12		13
Menestra de verduras salteadas	Espaguetis sin gluten salta salta		Crema de calabaza y manzana		Alubias estofadas		Arroz con salsa de tomate	
Magro de cerdo al curry	Salmón al horno macerado en piña		Pollo al ajillo		Filete de merluza al horno		Pechuga de pavo al horno	
Arroz blanco	Calabacín salteado		Ensalada de lechuga y tomate		Ensalada de lechuga y aceitunas		Ensalada de lechuga y maíz	
Pan sin gluten y Fruta fresca	Pan sin gluten y Yogur sabor		Pan sin gluten y Fruta fresca		Pan sin gluten y Yogur sabor		Pan sin gluten y Fruta fresca	
	16	17		18		19	C. ESPECIAL NAVIDAD	20
Macarrones sin gluten aglio-olio	Alubias con verduras		Paella de verduritas		Sopa de cocido con fideos sin gluten		Crema de zanahoria	
Cinta de lomo fresca a la plancha	Contramuslo de pollo con reducción de pimiento y tomate		Abadejo en salsa de puerros		Garbanzos con patata, col, pollo y ternera		Jamoncitos de pollo al horno	
Ensalada de lechuga y maíz	Tomate aliñado con orégano		Ensalada de lechuga y zanahoria				Patatas fritas	
Pan sin gluten y Fruta fresca	Pan sin gluten y Yogur sabor		Pan sin gluten y Fruta fresca		Pan sin gluten y Yogur sabor		Pan sin gluten y Fruta fresca	

	23	24		25		26		27
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD		VACACIONES DE NAVIDAD	
	30	31						
	30	21						

serunion@ Educa LUNES	DICIEMBRE 2	O24 Sin fru	j utos seco	os, LTP(fruta pelada), melocotón e MIERCOLES	e injerto	s JUEVES	v	ILLAEUROPA VIERNES	
Arroz a banda Flamenquines Ensalada de lechuga y zanahoria	*	opa de cocido con fideos os con patata, col, pollo y ternera	3	Coditos gratinados Merluza en salsa verde con guisantes	4	Crema de verduras y hortalizas Hamburguesa en salsa de quesos Patatas fritas	5	FESTIVO	6
Pan y Fruta fresca permitida pelada Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo al curry Arroz blanco Pan y Fruta fresca permitida pelada		Pan y Yogur sabor NADA TRIS TRAS Tallarines salta salta in al horno macerado en piña Calabacín salteado Pan y Yogur sabor	10	Pan y Fruta fresca permitida pelada Crema de calabaza y manzana Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Pan y Fruta fresca permitida pelada	11	Pan y Yogur sabor Lentejas con verduras Calamar rabas rebozadas Ensalada de lechuga y aceitunas Pan y Yogur sabor	12	Arroz con salsa de tomate Tortilla con york Ensalada de lechuga y maíz Pan y Fruta fresca permitida pelada	13
Macarrones aglio-olio Albóndigas con verduritas Pan y Fruta fresca permitida pelada		Alubias con verduras ortilla de patata y cebolla mate aliñado con orégano Pan y Yogur sabor	17	Paella mixta Abadejo en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca permitida pelada	18	Sopa de cocido con fideos arbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan y Yogur sabor	19	C. ESPECIAL NAVIDAD Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas Pan y Fruta fresca permitida pelada	20
VACACIONES DE NAVIDAD	23	ACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	27

31

VACACIONES DE NAVIDAD

serunion@	DICIEMBRE 2024	Sin gluten, frutos secos		VILLAGUIDODA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VILLAEUROPA VIERNES
Arroz con verduras Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan sin gluten y Fruta fresca	Sopa de cocido con fideos sin gluten Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan sin gluten y Yogur sabor	Goditos sin gluten con tomate Merluza en salsa verde con guisantes Pan sin gluten y Fruta fresca	4 Crema de verduras y hortalizas Filete de pavo en salsa Patatas fritas Pan sin gluten y Yogur sabor	5 6 FESTIVO
Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo al curry Arroz blanco Pan sin gluten y Fruta fresca	9 JORNADA TRIS TRAS Espaguetis sin gluten salta salta Salmón al horno macerado en piña Calabacín salteado Pan sin gluten y Yogur sabor	Crema de calabaza y manzana Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Pan sin gluten y Fruta fresca	Alubias estofadas Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y aceitunas Pan sin gluten y Yogur sabor	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca
Macarrones sin gluten aglio-olio Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta fresca	Alubias con verduras Tortilla de patata y cebolla Tomate aliñado con orégano Pan sin gluten y Yogur sabor	Paella de verduritas Abadejo en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria Pan sin gluten y Fruta fresca	Sopa de cocido con fideos sin gluten Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan sin gluten y Yogur sabor	19 C. ESPECIAL NAVIDAD 20 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas Pan sin gluten y Fruta fresca
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD
	30	31		

serunion@	DICIEMBRE 2024 Sin Huevo, pescado	Ú o, marisco,lactosa,sandía, melocotón ,der	ivados y frutos secos	VILLAEUROPA	
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
Arroz con verduras	2 Sopa de cocido con fideos	3 Coditos con tomate	4 Crema de verduras y hortalizas	5	6
Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca permitida pelada	Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan y Fruta fresca permitida pelada	Cinta de lomo fresca a la plancha Guisantes salteados Pan y Fruta fresca permitida pelada	Filete de pavo en salsa Patatas fritas Pan y Fruta fresca permitida pelada	FESTIVO	
Menestra de verduras salteadas Cinta de lomo fresca a la plancha Arroz blanco Pan y Fruta fresca permitida pelada	9 JORNADA TRIS TRAS Tallarines con verduras Pechuga de pavo al horno Calabacín salteado Pan y Fruta fresca permitida pelada	Crema de calabaza y manzana Pollo al ajillo Ensalada de lechuga y tomate Pan y Fruta fresca permitida pelada	Lentejas con verduras Lomo con pimiento y cebolla Ensalada de lechuga y aceitunas Pan y Fruta fresca permitida pelada	Arroz con salsa de tomate Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga y maíz Pan y Fruta fresca permitida pelada	13
Macarrones aglio-olio Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Pan y Fruta fresca permitida pelada	Alubias con verduras Contramuslo de pollo con reducción de pimiento y tomate Tomate aliñado con orégano Pan y Fruta fresca permitida pelada	Paella de verduritas Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Pan y Fruta fresca permitida pelada	Sopa de cocido con fideos Garbanzos con patata, col, pollo y ternera Pan y Fruta fresca permitida pelada	19 C. ESPECIAL NAVIDAD Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas fritas Pan y Fruta fresca permitida pelada	20
VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	27

VACACIONES DE NAVIDAD

VACACIONES DE NAVIDAD

31