



Xef que bo!



¡Prueba diferentes panes y conoce todas sus propiedades y beneficios!
serunion.educa

				<p>VIERNES 01/ DIVENDRES 01 641,4Kcal - Prot:25,8g - Lip:29,3g - HC:64,8g Ensalada de tomate, pimiento rojo, cebolla y orégano Amanida de tomaca, pimentó roig, ceba i orenga Arroz a la cubana Arròs a la cubana Albóndigas en salsa de calabaza Mandonguilles en salsa de carabassa Fruta-Fruita Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES 04/ DILLUNS 04 602,5Kcal - Prot:25,3g - Lip:26,9g - HC:61,5g Ensalada de lechuga y remolacha Amanidad'encisam i remolatxa Espirales a la carbonara de salmón Espirals a la carbonara de salmó Boquerones en tempura Aladroc en tempura Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES 05/ DIMARTS 05 636,0Kcal - Prot:17,7g - Lip:32,2g - HC:64,9g Ensalada de tomate, cebolla y zanahoria Amanida de tomaca, ceba i carlota Crema de zanahoria Crema de carlota Cordon bleu con papas Cordon bleu amb papas Fruta-Fruita Pan blanco-Pa</p>	<p>MIÉRCOLES 06 / DIMECRES 06 627,4Kcal - Prot:26,9g - Lip:27,1g - HC:62,1g Ensalada de lechuga, maíz y queso fresco Amanida d'encisam, dacsa i formatge fresc Garbanzos ECO estofados con acelgas frescas Cigrons ECO estofats con bledes fresques Tortilla francesa Truita francesa Fruta-Fruita Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES 07/ DIJOUS 07 602,9Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,0g - HC:62,9g Ensalada con queso fresco y tomate con orégano y aceite de oliva Amanida amb formatge fresc i tomaca amb orenga i oil d'oliva Estofado de alubias y verduras de temporada Estofat de fèssols y verdures de temporada Calamares a la andaluza caseros Calamars a l'andalusa casolans Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES 08 / DIVENDRES 08 MENJAR ESPECIAL 9 D'OCTUBRE Amanida valenciana Paella Llonganisses amb faves Postre casolà: Coca casolana de taronja Pa</p>
<p>LUNES 11/ DILLUNS 11 621,3Kcal - Prot:28,9g - Lip:24,5g - HC:69,0g Ensalada de lechuga y maíz Amanida d'encisam i dacsa Macarrones ECO gratinados Macarrones ECO al graten Merluza en su jugo Lluç en el seu suc Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES / DIMARTS 12 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES 13/ DIMECRES 13 625,9Kcal - Prot:24,0g - Lip:30,6g - HC:60,9g Ensalada de tomate, cebolla y maíz Amanida de tomaca, ceba i dacsa Crema de calabacín - Crema de carabasseta Pollo al horno con tomatitos al horno Pollastre al forn amb tomaca al forn Batido casero (macedonia de temporada con leche) Batut casolà (macedònia de temporada amb llet) Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES 14/ DIJOUS 14 609,4Kcal - Prot:14,8g - Lip:17,6g - HC:94,9g Ensalada de lechuga, aceitunas, zanahoria Amanida d'encisam, olives, carlota Arròs rossejat Entremeses Entremesos Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES 15 / DIVENDRES 15 604,2Kcal - Prot:31,2g - Lip:16,1g - HC:77,6g Ensalada de lechuga tomate y maíz Amanida d'encisam, tomaca i dacsa Sopa de cocido con garbanzos ECO y pelota Sopa d'olla amb cigrons ECO i pilota Croquetas con verduras de temporada Croquetes amb verdures de temporada Fruta-Fruita Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES 18/ DILLUNS 18 618,8Kcal - Prot:25,5g - Lip:25,9g - HC:68,2g Ensalada de lechuga, maíz y manzana Amanida d'encisam, dacsa i poma Coditos napolitana Colzets napolitana Llonganizas con pisto Llonganisses amb samfaina Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES 19/ DIMARTS 19 600,9Kcal - Prot:23,5g - Lip:23,1g - HC:67,0g Ensalada de lechuga, aceitunas y tomate Amanida d'encisam, olives i tomaca Guiso de alubias con verduras de temporada Guisat de fèssols amb verdures de temporada Tortilla de patata Truita de creïlla Fruta-Fruita Pan blanco-Pa</p>	<p>MIÉRCOLES 20 / DIMECRES 20 622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada de lechuga, tomate, huevo duro Amanida d'encisam, tomaca, ou dur Crema de calabaza Crema de carabassa Ragout de ternera en salsa Ragout de vedella en salsa Fruta-Fruita Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES 21 / DIJOUS 21 605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada de lechuga, maíz y queso fresco Amanida d'encisam, dacsa i formatge fresc Milhojas de mozzarella Milfulles de mozzarella Arroz del Cabanyal Arros del Cabanyal Yogurt-logurt Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES 22/ DIVENDRES 22 602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada de lechuga, tomate maíz Amanida d'encisam, tomaca i dacsa Fideuá Fideuá Lomo con mazorca de maíz Llom amb panotxa de dacsa Fruta-Fruita Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES 25/ DILLUNS 25 620,1 Kcal - Prot:25,6g - Lip:22g - HC:72,5g Ensalada de lechuga y tomate Amanida d'encisam i tomaca Macarrones ECO con atún y tomate Macarrones ECO con tonyina i tomaca Bacalao en salsa verde Bacallà en salsa verda Yogurt-logurt</p>	<p>MARTES 26/ DIMARTS 26 602,8Kcal - Prot:26,5g - Lip:19,1g - HC:55,6g Ensalada de tomate, cebolla y orégano Amanida de tomaca, ceba i orenga Potaje de garbanzos ECO con espinacas frescas Potatge de cigrons ECO amb espinacs fresques Hamburguesa mixta a la plancha Hamburguesa mixta a la planxa Fruta-Fruita</p>	<p>MIÉRCOLES 27 / DIMECRES 27 602,5Kcal - Prot:26,4g - Lip:24,7g - HC:65,5g Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Amanidad'encisam, tomaca i olives Crema de boniato Crema de moniato Muslito de pollo al ast Cuixeta de pollastre a l'ast Fruta-Fruita</p>	<p>JUEVES 28/ DIJOUS 28 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Tomate natural con aceite de oliva y orégano Tomaca natural amb oil d'oliva i orenga Paella marinera Paella marinera Entremeses con nachos y guacamole Entremesos amb natxos i guacamoles Yogurt-logurt</p>	<p>VIERNES 29 / DIVENDRES 29 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada de lechuga y zanahoria Amanida d'encisam i carlota Lentejas estofadas con napicol Llenties estofades amb napicol Tortilla francesa con champiñones salteados Truita francesa amb xampinyons saltats Fruta-Fruita</p>