

CERVANTES VALENCIA

- Menú Basal -

DICIEMBRE/DECEMBRE 2021



		MIÉRCOLES / DIMECRES 01 622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral	JUEVES / DIJOUS 02 605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas Fèssols estofades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsra Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc	VIERNES / DIVENDRES 03 602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc
LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU	MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU	MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU	JUEVES / DIJOUS 09 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa en tempura Carxofa en tempura Lentejas castellanas con chorizo Llentilles castellanes amb xoriço Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc	VIERNES / DIVENDRES 10 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenade Pasta a la tapenade Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc
LUNES / DILLUNS 13 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas Canelons d'espinacs Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc	MARTES / DIMARTS 14 ,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc	MIÉRCOLES / DIMECRES 15 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Pan integral/Pa integral	JUEVES / DIJOUS 16 677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotra Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc	VIERNES / DIVENDRES 17 607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc
LUNES / DILLUNS 20 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verdures Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc	 Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado con pisto Llom empanat amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc	MIÉRCOLES / DIMECRES 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos" 603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate espolvoreada-brownie de xocolata neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc	 	Producto local y de proximidad Plátano de canarias

<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas SG Fèssols estofades SG Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichyssoise SG Vichyssoise SG Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Guiso con patata y verduras Guisat de creilla i verdures Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta SG a la tapenade SG Pasta SG a la tapenade SG Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plàtan de Canaries Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta SG con verduras Pasta SG amb verdures Merluza a la marinera SG Lluç a la marinera SG Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas SG Fèssols ECO estofades SG Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Palometa al limón con verduras de temporada Palometa a la llima amb verdures de temporada Zumo de naranja/Suc de taronja Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlota ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSOLS Tosta SG de <i>pisto valenciano</i> Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave (fideos SG) con garbanzos ECO Sopa d'au (fideus SG) amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Plátano de Canarias Plàtan de Canaries Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado casero SG (con maicena) con pisto Llom empanat casolà SG (amb maicena) amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco SG -Pa blanc SG</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave (fideos SG) -sopa d'au SG (fideus SG) Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera SG (con maicena) y patatas al horno-pit de pollastre empanata casolà SG (amb maicena) i creïlles al forn Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al·lèrgens) Pan blanco SG-Pa blanc SG</p>	 Ingrediente ecológico Huevo de gallinas camperas Producto integral Plato tradicional Verdura de temporada	<p>DERIVACION</p> <p>SIN GLUTEN</p> <p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrados o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos.</p> <p>*Las salsas se ligan con maicena.</p> <p>*Las tortillas son caseras.</p> <p>*Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos.</p>





LUNES / DILLUNS 06

FESTIVO
FESTIU

MARTES / DIMARTS 07

FESTIVO
FESTIU

MIÉRCOLES / DIMECRES 01

622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Patata a la marinera
 Creilla a la marinera
 Limanda con brócoli
 Limanda amb bròcoli
 Fruta de temporada-Fruta de temporada/
Pan integral/Pa integral

JUEVES / DIJOUS 02

605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Alubias estofadas con verduras
 Fèssols estofades amb verdures
 Chuleta de pavo con mazorca de maíz
 Xulla de polít amb panolla de dacsa
 Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan
 blanco-Pa blanc

VIERNES / DIVENDRES 03

602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Vichysoise
 Vichysoise
 Tortilla de patata con verduras campestres
 Truita de patata amb verdures campestres
Plátano de Canarias
Plátan de Canarias
 Pan blanco-Pa blanc



MIÉRCOLES / DIMECRES 08

FESTIVO
FESTIU

JUEVES / DIJOUS 09

624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g
 Alcachofa en tempura
 Carxofa en tempura
 Lentejas castellanas con verduras
 Llentilles castellanes amb verdures
 Tortilla paisana con queso fresco
 Truita paisana formatge fresc
 Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan
 blanco-Pa blanc

VIERNES / DIVENDRES 10

614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Pasta a la tapenade
 Pasta a la tapenade
 Bacalao con pisto
 Bacallà amb samfaina
Plátano de Canarias
Plátan de Canarias
 Pan blanco-Pa blanc

LUNES / DILLUNS 13

613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Canelones de espinacas
 Canelons d'espinacs
 Merluza a la marinera
 Lluç a la marinera
Yogurt natural "Els Massets"
 Pan blanco-Pa blanc

MARTES / DIMARTS 14

,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
Alubias ECO estofadas con verduras
Fèssols ECO estofades amb verdures
 Tortilla de patata con queso fresco
 Truita de creilla amb formatge fresc
 Fruta de temporada-Fruta de temporada
 Pan blanco-Pa blanc

MIÉRCOLES / DIMECRES 15

601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
Fideua
Fideua
Palometa al limón con verduras de temporada
Palometa a la llima amb verdures de temporada
 Zumo de naranja/Suc de taronja
Pan integral/Pa integral

JUEVES / DIJOUS 16

677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS (sin cerdo)
ARRÒS EN BLEDES I FÈSSOLS (sense porc)
 Tosta de **pisto valenciano**
 Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan
 blanco-Pa blanc

VIERNES / DIVENDRES 17

607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Sopa de ave con **garbanzos ECO**
 Sopa d'au amb **cigrons ECO**
 Pollo al horno con patatas gajo
 Pollastre al forn amb creïlles grilló
Plátano de Canarias
Plátan de Canarias
 Pan blanco-Pa blanc

LUNES / DILLUNS 20

602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
 Crema de verduras
 Crema de verdutes
 Limanda a la provenzal con guisantes
 Limanda a la provenzal amb pesols
 Yogurt de fresa/ yogurt de maduixa
 Pan blanco-Pa blanc

MARTES / DIMARTS 21

642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g
 Ensalada variada (sin cerdo)
 Amanida variada (sense porc)
Garbanzo ECO con verduras de temporada
Cigrons ECO amb verdures de temporada
 Pollo al horno con pisto
 Pollo al forn amb samfaina
 Fruta de temporada-Fruta de temporada
 Pan blanco-Pa blanc

MIÉRCOLES / DIMECRES 22

MENÚ ESPECIAL NAVIDAD
 "Reunión de duendecillos""
 603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g
 Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas
 Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives
Sopa navideña: sopa de ave-sopa d'au
Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera al horno, delicia de queso y patatas fritas-Pit de pollastre empanat casolà al forn, delicia de formatge i creïlles frites
Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolate amb neu empolvorada
 Pan blanco-Pa blanc



Ingrediente ecológico

Huevo de gallinas camperas

Producto integral

Plato tradicional

Verdura de temporada

DERIVACIÓN
MUSULMAN



<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas con verduras Fèssols estofades amb verdures Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polít amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa salteada Lentejas castellanas con verduras Llentilles castellanes amb verdures Tortilla paisana con pavo Truita paisana amb titot Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenada Pasta a la tapenada Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt de soja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas con verduras Fèssols ECO estofades amb verdures Tortilla de patata con pavo Truita de creilla amb titot Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas i zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotra ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de soja/ logurt de soja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado casero SPLV con pisto Llom empanat cassolà SPL amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave -sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanado casero SPLV al horno y patatas al horno-Pit de pollastre empanat casolà SPLV al forn i creïlles al forn Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al·lèrgens) Pan blanco-Pa blanc</p>	 <p>Ingrediente ecológico</p> <p>Huevo de gallinas camperas</p> <p>Producto integral</p> <p>Plato tradicional</p> <p>Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN BUDISTA</p>



CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBRE 2021



LUNES / DILLUNS 06

FESTIVO
FESTIU

LUNES / DILLUNS 13

613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g
Ensalada variada
Amanida variada
Canelones de espinacas
Canelons d'espinacs
Salchicha vegetal con pisto
Salsitxa vegetal amb pisto
Yogurt natural "Els Massets"
Pan blanco-Pa blanc

LUNES / DILLUNS 20

602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g
Ensalada variada
Amanida variada
Crema de verduras
Crema de verdures
Tortilla francesa con guisantes
Truita francesa amb pesols
Yogurt de fresa/ logurt de maduixa
Pan blanco-Pa blanc

MARTES / DIMARTS 07

FESTIVO
FESTIU

MARTES / DIMARTS 14

,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g
Ensalada variada
Amanida variada
Alubias estofadas con verduras
Fèssols estofades amb verdures
Tortilla de patata con queso fresco
Truita de creilla amb formatge fresc
Fruta de temporada-Fruta de temporada
Pan blanco-Pa blanc

MARTES / DIMARTS 21

642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g
Ensalada variada
Amanida variada
Garbanzo ECO con verduras de temporada
Cigrons ECO amb verdures de temporada
Hamburguesa vegetal con pisto
Hamburguesa vegetal amb samfaina
Fruta de temporada-Fruta de temporada
Pan blanco-Pa blanc

MIÉRCOLES / DIMECRES 01

622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g
Ensalada variada
Amanida variada
Patata guisada con verduras
Creilla guisada amb verdures
Salchicha vegetal con brócoli
Salsitxa vegetal amb brócoli
Fruta de temporada-Fruta de temporada/
Pan integral/Pa integral

MIÉRCOLES / DIMECRES 08

FESTIVO
FESTIU

MIÉRCOLES / DIMECRES 15

601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g
Ensalada variada
Amanida variada
Fideua con verduras
Fideua amb verdures
Hamburguesa vegetal con verduras de temporada
Hamburguesa vegetal amb verdures de temporada
Zumo de naranja/ Suc de taronja
Pan integral/Pa integral

MIÉRCOLES / DIMECRES 22

MENÚ ESPECIAL NAVIDAD
"Reunión de duendecillos"
603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g
Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas
Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives
Sopa navideña: sopa de verduras-sopa de verduras
Combo del duende: delicia de queso y patatas fritas-delicia de formatge i creïlles frites
Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolate amb neu empolvorada
Pan blanco-Pa blanc

JUEVES / DIJOUS 02

605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g
Ensalada variada
Amanida variada
Alubias estofadas con verduras
Fèssols estofades amb verdures
Hamburguesa vegetal con mazorca de maíz
Hamburguesa vegetal amb panolla de dacsa
Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc

JUEVES / DIJOUS 09

624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g
Alcachofa en tempura
Carxofa en tempura
Lentejas castellanas con verduras
Llentilles castellanes amb verdures
Tortilla paisana con queso fresco
Truita paisana formatge fresc
Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc

JUEVES / DIJOUS 16

677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g
Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria
Amanida d'encisam, olives i carlotxa
ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS (sin carne)
ARRÒS EN BLEDES I FÈSOLS (sense carn)
Tosta de **pisto valenciano**
Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc

Ingrediente ecológico



Huevo de gallinas camperas



Producto integral



Plato tradicional

Verdura de temporada

VIERNES / DIVENDRES 03

602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g
Ensalada variada
Amanida variada
Vichyssoise
Vichyssoise
Tortilla de patata con verduras campestres
Truita de patata amb verdures campestres
Plátano de Canarias
Plátan de Canarias
Pan blanco-Pa blanc

VIERNES / DIVENDRES 10

614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g
Ensalada variada
Amanida variada
Pasta con verduras
Pasta amb verdures
Salchicha vegetal con pisto
Salsitxa vegetal amb samfaina
Plátano de Canarias
Plàtan de Canarias
Pan blanco-Pa blanc

VIERNES / DIVENDRES 17

607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g
Ensalada variada
Amanida variada
Sopa de verduras con **garbanzos ECO**
Sopa de verdures amb **cigrons ECO**
Tortilla con verduras y patatas gajo
Truita amb vedures i creïlles grilló
Plátano de Canarias
Plátan de Canarias
Pan blanco-Pa blanc

**DERIVACIÓN
VEGETARIANA**



CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBER 2021

 <p>Concurso Navidad SERUNION <i>Vista a la Navidad</i></p>	 <p>Concurs Nadalenc SERUNION <i>Mira el Nadal</i></p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01 622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera (sin caldo) Creilla a la marinera (sense caldo) Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral </p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02 605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Verduras salteadas Verduras saltadas Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03 602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Hervido valenciano con guisantes Bullit de verdures amb pesols Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Verduras de temporada machacadas Verduras de temporada picades Tortilla paisana con pavo Truita paisana amb gall dindi Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenade Pasta a la tapenade Bacalao con verduras Bacallà amb verdures Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza al horno con guisantes salteados Lluç al forn amb pesols salteats Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14 ,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada  Verduras de temporada Verduras de temporada Tortilla de patata con pavo Truita de creilla amb gall dindi Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g  Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa a la plancha con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la planxa amb verdures de temporada</i> Fruta ECO-Fruta ECO Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16 677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada variada Amanida variada ARROZ CON ACELGAS (sin caldo) ARRÒS EN BLEDES (sense caldo) Tosta de verduras de temporada Tosta de verduras de temporada Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17 607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Garbanzos ECO con verduras salteadas Cigrons ECO amb verdures saltades Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Hervido valenciano Bullit de verdures Limanda a la plancha con guisantes Limanda a la planxa amb pesols Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g  Ensalada variada Amanida variada Garbanzo ECO con huevo revuelto Cigrons ECO amb ou remenat Lomo guisado con verduras de temporada Llom guisat amb verdures de temporada Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos" 603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: fideos con pollo e hidalgos - fideus amb pollastre i fetgets Combo del duende: Pechuga de pollo a la plancha, rollito de pavo y patatas al horno -Pit de pollastre, rotlet de gall dindi i creïlles al forn Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolate amb neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	 Ingrediente ecológico  Huevo de gallinas camperas  Producto integral  Plato tradicional  Verdura de temporada	<p>DERIVACIÓN ALMA</p>



<p>Concurso Navidad SERUNION</p> <p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p> <p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas con verduras Fèssols estofades amb verdures Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polít amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla francesa con verduras campestres Truita francesa amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural desnatado/ yogurt natural descremat Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas con verduras Fèssols ECO estofades amb verdures Tortilla francesa con queso fresco Truita francesa amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotxa ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSOLS Tosta integral de <i>pisto valenciano</i> Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con verduras Pollastre al forn amb verdures Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt natural desnatado/ yogurt natural descremat Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p> Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verduras de temporada Lomo a la plancha con pisto Llom a la planxa amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave-sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollastre a la plancha y patatas al horno -Pit de pollastre a la planxa i creüles al forn Oh! Dulce Navidad: Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico</p> <p> Huevo de gallinas camperas</p> <p> Producto integral</p> <p> Plato tradicional</p> <p> Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN COLESTEROL</p>



CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBRE 2021

 <p>Concurso Navidad SERUNION <i>Vista a la Navidad</i></p>	 <p>Concurs Nadalenc SERUNION <i>Mira el Nadal</i></p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01 622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera (100g patata – 2R) Creilla a la marinera (100g creilla – 2R) Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta (100g – 1R) Pan (20g pan – 1R) </p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02 605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas (100g alubias 2R) Fèssols estades (100g fesols 2R) Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta (100g – 1R) Pan (20g pan – 1R) </p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03 602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise (180g 2R) Vichysoise (180g 2R) Tortilla de patata con verduras campesinas (50g patata 1R) Truita de patata amb verdures campesines (50g patata 1R) Fruta (100g – 1R) </p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa en tempura Carxofa en tempura Lentejas castellanas con chorizo (100g lentejas 2R) Llentilles castellanes amb xoriço (100g llentilles 2R) Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta (100g – 1R) Pan (20g pan – 1R) </p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenada (100g pasta -2R) Pasta a la tapenada (100g pasta -2R) Bacallao con pisto Bacallà amb samfaina Fruta (100g – 1R) Pan (20g pan – 1R) </p>
<p>LUNES / DILLUNS 13 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas (1canelon y medio 2R) Canelons d'espinares (1 canelon i mitg 2R) Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt blanco (1,5R)/ logurt blanco (1,5R) Pan (10g pan – 0,5R)</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14 ,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas (100g alubias 2R) Fèssols ECO estofades (100g fesols 2R) Tortilla de patata (50g patata 1R) con queso fresco Truita de patata (50g creilla 1R) amb formatge Fruta (100g – 1R) Fruta (100g – 1R) Pan (20g pan – 1R)</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g  Ensalada variada Amanida variada Fideua (100g 2R) Fideua (100g 2R) <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Fruta (100g – 1R) Pan (20g pan – 1R) </p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16 677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlota ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS (40g de arroz 50g de alubias 2R) ARRÒS EN BLEDES I FÈSSOLS (40g d'arròs 50g de fesols)  Tosta de pisto valenciano (20g pan 1R) Fruta (100g – 1R) </p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17 607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO (50g fideos 1R- 50g garbanzos 1R) Sopa d'olla amb cigrons ECO (50g fideus 1R – 50g cigrons 1R) Pollo al horno con patatas gajo (50g patata 1R) Pollastre al forn amb creïlles grilló (50g creilla 1R) Plátano de canarias (50g – 1R) </p>
<p>LUNES / DILLUNS 20 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras (180g 2R) Crema de verduras (180g 2R) Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt blanco (1,5R)/ logurt blanco (1,5R) Pan (10g pan – 0,5R)</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g  Ensalada variada Amanida variada Garbanzo ECO con verduras de temporada (100g garbanzos 2R) Cigrons ECO amb verdures de temporada(100g garbanzos 2R) Lomo empanado con pisto Llom empanat amb samfaina Fruta (100g – 1R) </p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos" 603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo (50g fideos 1R)-sopa de picadillo (50g fideos 1R) Combo del duende: 2 croquetas de jamón y 50 g patatas fritas (2R) - 2 croquetas de pernil i 50 g creïlles frites (2R) Oh! Dulce Navidad: Fruta de temporada (1R) </p>	<p>DERIVACIÓN LYS NAL ORTIZ 4 raciones HC *Las medidas de los platos son en cocido *Comenzar la comida con el primer plato y el pan. *Es imprescindible terminar con toda la comida que esta medida en gramos. *La fruta está medida por parte comestible, es decir, pelada </p>	<p>Ración de fruta que contiene 1 ración de HC: -PLATANO: 50gr - MANZANA: 100gr -ALBARICOQUE:150g - MANDARINA:100gr -CIRUELA:100g - NARANJA: 100gr - MELOCOTÓN:100g - PERA : 100gr - KIWI: 100gr -UVA: 50gr </p>



<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Guiso de patata y verduras Guisat de creilla i verdures Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa en tempura Carxofa en tempura Lentejas castellanas con chorizo Llentilles castellanes amb xoriço Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenade Pasta a la tapenade Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Guiso de patata y verduras Guisat de creilla i verdures Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotxa ARROZ CON VERDURAS ARRÒS AMB VERDURES Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p> 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada Amanida variada Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo asado Llom asat Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolate amb neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico</p> <p> Huevo de gallinas camperas</p> <p> Producto integral</p> <p> Plato tradicional</p> <p>Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN ALUBIAS</p>



<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Patata a la marinera SFS Creilla a la marinera SFS Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Alubias estofadas Fèols estades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsà Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Vichyssoise SFS Vichyssoise SFS Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera SFS Lluç a la marinera SFS Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Lentejas castellanas con verduras Llentilles castellanes amb verdures Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Pasta a la tapenade SFS Pasta a la tapenade SFS Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Crema de verduras Crema de verdures Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verduras de temporada Lomo empanado casero SFS con pisto Llom empanat casolà SFS amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave-sopa d'aú Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera SFS al horno y patatas al horno-Pit de pollastre empanat casolà SFS i creilla al forn Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al-lèrgens) Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>Ingredient ecológico</p> <p>Huevo de gallinas camperas</p> <p>Producto integral</p> <p>Plato tradicional</p> <p>Verdura de temporada</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'aú amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p> <p>DERIVACIÓN SIN FRUTOS SECOS</p> <p>*No se cocinará, ni se aliñarán las ensaladas con aceite de girasol.</p> <p>*No se utilizarán frutos secos como ingrediente.</p> <p>*Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>



<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Patata guisada con verduras Creilla guisada amb verdures Limanda con brócoli Limanda amb brócoli Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Alubias estofadas Fèssols estades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Vichysoise SFS Vichysoise SFS Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Pasta con verduras Pasta amb verdures Abadejo en su jugo con verduras Abadejo al seu suc amb verdures Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Alubias ECO estofadas Fèssols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Fideua con verduras Fideua amb verdures Palometa al limón con verduras de temporada Palometa a la llima amb verdures de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSSOLS Tosta de pisto valenciano SFS, sin marisco Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Crema de verduras Crema de verdures Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesolos Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada SFS, sin marisco Amanida variada SFS, sense marisc Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado casero SFS con pisto Llom empanat casolà SFS amb samfaina Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave-sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera SFS al horno y patatas al horno-Pit de pollastre empanat casolà SFS i creïlla al forn Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al·lèrgens) Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>DERIVACIÓN</p> <p>SIN FRUTOS SECOS</p> <p>NI FRUTA</p> <p>NI MARISCO</p> <p>*No se cocinará, ni se aliñarán las ensaladas con aceite de girasol. *No se utilizarán frutos secos como ingrediente. *Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>	<p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrado ni cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos. *Los platos de este menú no contienen ingredientes que puedan provenir de crustáceos, (como surimi). *No se utilizará opción de fruta en este menú.</p>



<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Patata a la marinera SFS Creilla a la marinera SFS Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Alubias estofadas Fèols estades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Vichyssoise SFS Vichyssoise SFS Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Lentejas castellanas con verduras Llentilles castellanes amb verdures Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Pasta a la tapenade SFS Pasta a la tapenade SFS Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera SFS Lluç a la marinera SFS Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈOLS Tosta de pisto valenciano SFS Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Crema de verduras Crema de verdures Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de fresa/ yogurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado casero SFS con pisto Llom empanat casolà SFS amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave-sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera SFS al horno y patatas al horno-Pit de pollastre empanat casolà SFS i creïlla al forn Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al-lèrgens) Pan blanco-Pa blanc</p>	Ingrediente ecológico Huevo de gallinas camperas Producto integral Plato tradicional Verdura de temporada	<p>DERIVACIÓN SIN FRUTOS SECOS SIN MELOCOTÓN NI DERIVADOS</p> <p>*No se cocinará, ni se aliñarán las ensaladas con aceite de girasol.</p> <p>*No se utilizarán frutos secos como ingrediente.</p> <p>*Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p> <p>*No se utilizará el melocotón ni derivados como opción de fruta.</p>



<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Patata a la marinera SFS Creilla a la marinera SFS Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Alubias estofadas Fèols estades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Vichyssoise SFS Vichyssoise SFS Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Lentejas castellanas con verduras Llentilles castellanes amb verdures Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Pasta a la tapenade SFS Pasta a la tapenade SFS Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera SFS Lluç a la marinera SFS Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈOLS Tosta de pisto valenciano SFS Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Crema de verduras (sin calabaza) Crema de verduras (sense caranassa) Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada SFS Amanida variada SFS Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado casero SFS con pisto Llom empanat casolà SFS amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave -sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera SFS al horno y patatas al horno-Pit de pollastre empanat casolà SFS i creïlla al forn Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al-lèrgens) Pan blanco-Pa blanc</p>	 Ingrediente ecológico Huevo de gallinas camperas Producto integral Plato tradicional Verdura de temporada	<p>DERIVACIÓN SIN FRUTOS SECOS SIN SEMILLAS DE CALABAZA SIN SEMILLAS DE SÉSAMO</p> <p>*No se cocinará, ni se aliñarán las ensaladas con aceite de girasol.</p> <p>*No se utilizarán frutos secos como ingrediente.</p> <p>*Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p> <p>*No se utilizarán semillas de calabaza ni semillas de sésamo como ingrediente.</p>



CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBRE 2021

<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas Fèols estofades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polít amb panolla de dacsà Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas Canelons d'espinacs Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encísam, olives i carlotxa ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verdures Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p> 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada Amanida variada Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado con pisto Llom empanat amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolata neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico</p> <p> Huevo de gallinas camperas</p> <p> Producto integral</p> <p> Plato tradicional</p> <p> Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN KIWI</p> <p>*No se utilizará el kiwi como opción de fruta.</p>

CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBRE 2021

 <p>Concurso Navidad SERUNION <i>Vista a la Navidad</i></p>	 <p>Concurs Nadalenc SERUNION <i>Mira el Nadal</i></p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01 622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02 605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas Fèols estofades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polít amb panolla de dacsà Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03 602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa en tempura Carxofa en tempura Lentejas castellanas con chorizo Llentilles castellanes amb xoriço Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenada Pasta a la tapenada Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas Canelons d'espinacs Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14 ,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g  Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16 677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encísam, olives i carlotxa ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17 607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verdures Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21  642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada Amanida variada Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado con pisto Llom empanat amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos" 603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate y nieve espolvoreada- brownie de xocolata i neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico  Huevo de gallinas camperas  Producto integral  Plato tradicional  Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN KIWI SIN MELOCOTÓN</p> <p>*No se utilizará ni el kiwi ni el melocotón como opción de fruta.</p>

<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada SL Amanida variada SL Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada SL Amanida variada SL Alubias estofadas SL Fèssols estades SL Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada SL Amanida variada SL Vichyssoise SL Vichyssoise SL Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Lentejas castellanas con verduras Llentilles castellanes amb verdures Tortilla paisana con jamón serrano Truita paisana amb pernil serrà Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada SL Amanida variada SL Pasta a la tapenade SL Pasta a la tapenade SL Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada SL Amanida variada SL Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt de soja/ logurt de soja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada SL Amanida variada SL Alubias ECO estofadas SL Fésols ECO estofades SL Tortilla de patata con jamón serrano Truita de creilla amb pernil serrà Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada SL Amanida variada SL Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada variada SL Amanida variada SL ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada SL Amanida variada SL Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada SL Amanida variada SL Crema de verduras Crema de verdures Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de soja/ logurt de soja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada SL Amanida variada SL Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verduras de temporada Lomo empanado casero SL con pisto Llom empanat casolà SL amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave -sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera SL y patatas fritas - Pit de pollastre empanat casolà SL i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Postre especial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al·lèrgens) Pan blanco-Pa blanc</p>	     <p>Ingredient ecológico Huevo de gallinas camperas Producto integral Plato tradicional Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN LACTOSA</p> <p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, potenciadores de sabor o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos. *las tortillas son caseras *Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos. *Las cremas, purés y salsas no contienen leche, nata o cualquier otro derivado lácteo (se utilizará bebida vegetal).</p>



<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada SL Amanida variada SL Patata a la marinera (sin tomate) Creilla a la marinera (sense tomaca) Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada SL Amanida variada SL Alubias estofadas SL (sin tomate) Fèssols estades SL (sense tomaca) Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de pollet amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada SL Amanida variada SL Vichysoise SL Vichysoise SL Tortilla de patata con verduras campesinas (sin tomate) Truita de patata amb verdures campesines (sense tomaca)</p> <p> Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada SL Amanida variada SL Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera (sin tomate) Lluç a la marinera (sense tomaca) Yogurt de soja/ yogurt de soja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada SL Amanida variada SL Alubias ECO estofadas SL (sin tomate) Fèssols ECO estofades SL (sense tomaca) Tortilla francesa con jamón serrano Truita francesa amb pernil serrà Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada SL Amanida variada SL Fideua (sin tomate) Fideua (sense tomaca) Palometa al limón con verduras de temporada (sin tomate) Palometa a la llima amb verdures de temporada (sense tomaca) Fruta ECO-Fruta ECO Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada variada SL Amanida variada SL ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS (sin tomate) ARRÓS EN BLEDES I FÈSSOLS (sense tomaca) Tosta de verduras de temporada Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada SL Amanida variada SL Sopa de ave con garbanzos ECO Sopa d'au amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas al horno Pollastre al forn amb creïlles al forn Plátano de Canarias Plàtan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada SL Amanida variada SL Crema de verduras Crema de verduras Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de soja/ yogurt de soja Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada SL Amanida variada SL Garbanzo ECO con verduras de temporada (sin tomate) Cigrons ECO amb verduras de temporada (sense tomaca) Lomo a la plancha con verduras Llom a la planxa amb verdures Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave -sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollastre a la plancha y patatas al horno -Pit de pollastre a la plancha i creïlles al forn Oh! Dulce Navidad: Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>DERIVACIÓN SIN LACTOSA SIN NARANJA SIN TOMATE SIN FRITOS BAJO EN CALORIAS</p>	<p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, potenciadores de sabor o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos. *las tortillas son caseras *Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos. *Las cremas, purés y salsas no contienen leche, nata o cualquier otro derivado lácteo (se utilizará bebida vegetal). *No se utilizará la naranja como opción a fruta</p>



<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera (sin legumbres) Creilla a la marinera (sense llegums) Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave – Sopa d'au Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polít amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichyssoise Vichyssoise Tortilla de patata con verduras campesinas (<i>sin judías verdes</i>) Truita de patata amb verdures campesines (<i>sense boquaeta</i>) Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Guiso de patata y verduras Guisat de creilla i verdures Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenade (sin legumbres) Pasta a la tapenade (sense legums) Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Merluza a la marinera (sin legumbres) Lluc a la marinera (sense llegums) Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14 ,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Guiso de patatas con verduras Guisat de creilla amb verdures Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada (sin judías verdes)</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada (sense boquaeta)</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotra ARROZ CON VERDURAS ARRÓS CON VERDURAS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave Sopa d'au Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verdures Limanda al horno con verduras Limanda al forn amb verdures Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada Amanida variada Guiso de patatas con verduras Guisat de creilla amb verdures Lomo empanado casero SS con pisto Llom empanat casolà SS amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave -sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanado casero SS y patatas fritas-Pit de pollastre empanat casolà SS i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Postre espacial (sin alérgenos) – Postre especial (sense al·legens) Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico</p> <p> Huevo de gallinas camperas</p> <p> Producto integral</p> <p> Plato tradicional</p> <p>Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN LEGUMBRES</p>

<p>Concurso Navidad SERUNION</p> <p>LUNES / DILLUNS 06</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p> <p>MARTES / DIMARTS 07</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata guisada con verduras Creilla guisada amb verdures Pollo con brócoli Pollastre amb bròcoli Fruta de temporada-Fruita de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave – Sopa d'au Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campesinas (<i>sin judías verdes</i>) Truita de patata amb verduras campesinas (<i>sense baoqueta</i>) Plátano de Canarias Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Pasta con verduras Pasta amb verdures Lomo al horno con champiñones Llom al forn amb xampinyons Yogurt de soja – yogur de soia Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Guiso de patatas con verduras Guisat de creilla amb verdures Tortilla de patata con jamón serrano Truita de creilla amb pernil serrà Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua con verduras Fideua amb verdures Palometa al limón con verduras de temporada (<i>sin judías verdes</i>) Palometa a la llima amb verdures de temporada (<i>sense baoqueta</i>) Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotxa ARROZ CON VERDURAS ARRÒS AMB VERDURES Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de ave Sopa d'au Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creilles grilló Plátano de Canarias Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras Salmón al horno con verduras Salmó al forn amb verdures Yogurt de soja – yogur de soia Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada Amanida variada Guiso de patatas con verduras Guisat de creilla amb verdures Lomo empanado casero SS, SPLV con pisto Llom empanat SS, SPLV amb samfaina Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de ave -sopa d'au Combo del duende: Pechuga de pollo empanado casero SS, SPLV y patatas fritas-Pit de pollastre empanat casolà SS, SPLV i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Postre espacial (<i>sin alérgenos</i>) – Postre especial (<i>sense al·lergens</i>) Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>DERIVACIÓN</p> <p>SIN LEGUMBRES</p> <p>SPLV</p> <p>SIN PESCADO BLANCO</p> <p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, potenciadores de sabor o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos. *Las tortillas son caseras *Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos</p>	<p>*Las cremas, purés y salsas no contienen leche, nata o cualquier otro derivado lácteo (se utilizará bebida vegetal). *No se utilizará pescado blanco en ningún plato. *No se utilizarán legumbres como ingrediente. *Las ensaladas y las elaboraciones no llevarán soja.</p>

<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Patata guisada con verduras Creilla guisada amb verdures Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Alubias ECO estofadas con verduras Fósols ECO estofades amb verdures Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa salteada Carxofa saltada Lentejas castellanas con chorizo Llentilles castellanes amb xoriço Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Pasta a la tapenada (sin marisco) Pasta a la tapenada (sense maris) Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Pasta con verduras Pasta amb verdures Abadejo al horno con patatas Abadejo al forn amb creïlles Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Alubias ECO estofadas con verduras Fósols ECO estofades amb verdures Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Fideua con verduras Fideua amb verdures <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotxa ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Crema de verduras Crema de verdures Limanda al horno con guisantes Limanda al forn amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p>642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada variada (sin marisco) Amanida variada (sense marisc) Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado casero con pisto Llom empanat casolà amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos""</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: Pechuga de pollo empanada casera y patatas fritas-Pit de pollastre empanada casolà al forn i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolate amb neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	 <p>Ingrediente ecológico</p>  <p>Huevo de gallinas camperas</p>  <p>Producto integral</p>  <p>Plato tradicional</p>  <p>Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN MARISCO SIN PIÑA</p> <p>*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrado ni cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos.</p> <p>*Los platos de este menú no contienen ingredientes que puedan provenir de crustáceos, (como surimi).</p> <p>*No se utilizará la piña como opción de fruta.</p>



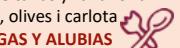
CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBRE 2021

<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas Fèols estofades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polít amb panolla de dacsà Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas Canelons d'espinacs Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja / Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encísam, olives i carlotà ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verdures Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p> 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado con pisto Llom empanat amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encísam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate nieve espolvoreada- brownie de xocolata neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico</p> <p> Huevo de gallinas camperas</p> <p> Producto integral</p> <p> Plato tradicional</p> <p> Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN MELOCOTÓN NI DERIVADOS</p> <p>*No se utilizará el melocotón ni derivados como opción de fruta.</p>

CERVANTES VALENCIA

DICIEMBRE/DECEMBER 2021

 <p>Concurso Navidad SERUNION <i>Vista a la Navidad</i></p>	 <p>Concurs Nadalenc SERUNION <i>Mira el Nadal</i></p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01 622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera (sin pimiento) Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral </p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02 605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas (sin pimiento) Fèssols estades (sense pimentó) Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsa Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc </p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03 602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campesinas (sin pimiento) Truita de patata amb verdures campesines (sense pimentó)</p> <p></p> <p>Plátano de Canarias Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa en tempura Carxofa en tempura Lentejas castellanas con chorizo (sin pimiento) Llentilles castellanes amb xoriço (sense pimentó) Tortilla paisana (sin pimiento) con queso fresco Truita paisana (sense pimentó) amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenada Pasta a la tapenada Bacallao con pisto (sin pimiento) Bacallà amb samfaina (sense pimentó)</p> <p></p> <p>Plátano de Canarias Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas Canelons d'espinacs Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14 ,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada  Alubias ECO estofadas (sin pimiento) Fèssols ECO estofades (sense pimentó) Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g  Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada (sin pimiento)</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada (sense pimentó)</i> <i>Zumo de naranja / Suc de taronja</i> Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16 677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotxa  ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈSSOLS <i>Tosta de pisto valenciano (sin pimiento)</i> Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17 607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló</p> <p></p> <p>Plátano de Canarias Plàtan de Canàries Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verduras Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa / logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p> <p></p>	<p>MARTES / DIMARTS 21 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g  Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado con pisto (sin pimiento) Llom empanat amb sanfaina (sense pimentó) Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan blanco-Pa blanc</p> <p></p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos" 603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate con nieve espolvoreada- brownie de xocolate amb neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p> <p></p>	<p>Ingrediente ecológico  Huevo de gallinas camperas  Producto integral  Plato tradicional  Verdura de temporada </p>	<p>DERIVACIÓN SIN PIMENTO</p> <p>*No se utilizará el pimiento como ingrediente.</p>

<p>Concurso Navidad SERUNION</p>	<p>Concurs Nadalenc SERUNION</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 01</p> <p>622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g Ensalada variada Amanida variada Patata a la marinera Creilla a la marinera Limanda con brócoli Limanda amb bròcoli Fruta de temporada-Fruta de temporada/ Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 02</p> <p>605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias estofadas Fèols estofades Chuleta de pavo con mazorca de maíz Xulla de polit amb panolla de dacsra Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 03</p> <p>602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g Ensalada variada Amanida variada Vichysoise Vichysoise Tortilla de patata con verduras campestres Truita de patata amb verdures campestres Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 06 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MARTES / DIMARTS 07 FESTIVO FESTIU</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 08 FESTIVO FESTIU</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 09</p> <p>624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Alcachofa en tempura Carxofa en tempura Lentejas castellanas con chorizo Llentilles castellanes amb xoriço Tortilla paisana con queso fresco Truita paisana formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 10</p> <p>614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada variada Amanida variada Pasta a la tapenada Pasta a la tapenada Bacalao con pisto Bacallà amb samfaina Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 13</p> <p>613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada variada Amanida variada Canelones de espinacas Canelons d'espinacs Merluza a la marinera Lluç a la marinera Yogurt natural "Els Massets" Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 14</p> <p>,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada variada Amanida variada Alubias ECO estofadas Fèols ECO estofades Tortilla de patata con queso fresco Truita de creilla amb formatge fresc Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 15</p> <p>601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada variada Amanida variada Fideua Fideua <i>Palometa al limón con verduras de temporada</i> <i>Palometa a la llima amb verdures de temporada</i> Zumo de naranja/Suc de taronja Pan integral/Pa integral</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 16</p> <p>677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlotxa ARROZ CON ACELGAS Y ALUBIAS ARRÒS EN BLEDES I FÈOLS Tosta de pisto valenciano Fruta de temporada-Fruta de temporada/Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 17</p> <p>607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada variada Amanida variada Sopa de cocido con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Pollo al horno con patatas gajo Pollastre al forn amb creïlles grilló Plátano de Canarias Plátan de Canarias Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 20</p> <p>602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada variada Amanida variada Crema de verduras Crema de verdures Limanda a la provenzal con guisantes Limanda a la provenzal amb pesols Yogurt de fresa/ logurt de maduixa Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 21</p> <p> Garbanzo ECO con verduras de temporada Cigrons ECO amb verdures de temporada Lomo empanado con pisto Llom empanat amb samfaina Fruta de temporada-Fruta de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 22</p> <p>MENÚ ESPECIAL NAVIDAD "Reunión de duendecillos"</p> <p>603,0Kcal - Prot:28,5g - Lip:26,2g - HC:60,5g Ensalada de lechuga, remolacha y aceitunas Amanida d'encisam romana, remolatxa i olives Sopa navideña: sopa de picadillo-sopa de picadillo Combo del duende: croquetas de jamón, delicia de queso y patatas fritas-croquetes de pernil, delicia de formatge i creïlles frites Oh! Dulce Navidad: Brownie de chocolate nieve espolvoreada- brownie de xocolata neu empolvorada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p> Ingrediente ecológico</p> <p> Huevo de gallinas camperas</p> <p> Producto integral</p> <p> Plato tradicional</p> <p> Verdura de temporada</p>	<p>DERIVACIÓN SIN PIÑA</p> <p>*No se utilizará la piña como opción de fruta.</p>