

Menú SIN FRUTOS SECOS NI SOJA

OCTUBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	01	02	03
<p>Atendiendo al Rto. 1169/2011 pueden solicitar al personal de SERUNION la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias</p> <p>*Este menú puede sufrir modificaciones si se detecta en la revisión diaria que alguno de los ingredientes contiene algún alimento no permitido para la dieta</p>		<p>Garbanzos estofados Merluza a la bilbaína Ensalada de lechuga, tomate y remolacha rallada Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan blanco</p>	<p>Sopa de verduras con arroz Ragout de cerdo Patatas fritas Fruta fresca y pan blanco</p>
<p>Lentejas con zanahoria Bacalao al horno / plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha rallada Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Paella mixta Filete de contramuslo de pollo al horno / plancha Calabacín salteado Yogur y pan integral</p>	<p>Brócoli salteado con patatas Tortilla de patata y cebolla Judías verdes al ajillo Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Crema de verduras y hortalizas Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Patatas dado fritas Yogur y pan blanco</p>	<p>Espinacas salteadas con patatas Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan blanco</p>
 Festivo	<p>Brócoli salteado con patatas Cinta de lomo a la plancha / horno Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla Yogur y pan integral</p>	<p>Patata con zanahoria, calabacín y calabaza Merluza en salsa verde con guisantes Guisantes salteados Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Crema de zanahoria Pollo al ajillo Arroz pilaf Fruta fresca y yogur</p>	<p>Arroz caldoso con verduras Tortilla francesa Tomate aliñado con orégano Fruta fresca y pan blanco</p>
<p>Crema de calabacín Abadejo a la plancha / horno Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Garbanzos estofados Tortilla de calabacín Tomate aliñado con orégano Yogur y pan integral</p>	<p>Arroz con salsa de tomate Cinta de lomo al horno / plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Lentejas con verduras Merluza al horno con salsa de limón Zanahoria baby salteada con ajo Yogur y pan blanco</p>	<p>Crema parmentiere Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan blanco</p>
<p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Tomate aliñado con orégano Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Patatas estofadas con verduras Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral</p>	<p>Crema de calabaza Cinta de lomo a la plancha / horno Judías verdes al ajillo Fruta fresca y pan blanco</p>	<p>Arroz caldoso con pollo Fogonero en salsa de tomate Ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan blanco</p>	<p>Alubias blancas con verduras Pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca y pan blanco</p>

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por
nuestros expertos nutricionistas.

