**Colegio :** SEMINARIO AGUSTINIANO

SERCLYM
SERVICIOS DE RESTAURACIÓN

**Mes : ABRIL**

| lunes | martes | miércoles | jueves | viernes |
|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>VACACIONES<br>SEMANA SANTA | 2<br>jueves santo | 3<br>viernes santo |
| 6<br>VACACIONES<br>SEMANA SANTA | 7<br>Macarrones napolitana (1,3,6,10)<br>Tortilla a la francesa (3)<br>*Ensalada de lechuga y remolacha (14)*<br>*Pan/Pan int (1),* Fruta fresca<br>*Kcal: 659,2 Prot: 22 Lip: 24,4 HC. 87,8* | 8<br>Arroz integral *tres delicias con*<br>*york, guisantes y zanahoria*<br>Merluza a la vizcaína (2,4,12)<br>*Ensalada de pimiento rojo y cebolla*<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal 621,6 Prot 24,1 lip 29,9 HC 40,9* | 9<br>Crema de calabacín<br>Pollo asado con ajo y perejil<br>Patatas panadera<br>*Pan/Pan int (1),* fruta o yogurt (7)<br>sin azúcar añadido<br>*Kcal 660 Prot 18,19 lip 26,74 HC 87,7* | 10<br>Lentejas Hortelanas con<br>patata, calabaza y zanahoria<br>Cinta de lomo plancha<br>*Ensalada de lechuga y zanahoria*<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 686 Prot: 26,5 Lip: 25,9 HC: 85,8* |
| 13<br>*Sopa de* fideos integrales (1,3,6,10)<br>Albóndigas a la jardinera<br>con cebolla, zanahoria y guisantes<br>Patatas dado<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 648,7 Prot: 26,2 Lip: 21,4 HC: 87,8* | 14<br>Ensalada campera con<br>huevo y atún, aceitunas (3,4,14)<br>Garbanzos con verduras<br>Ensalada de lechuga y tomate<br>*Pan/Pan int (1),* Fruta fresca<br>*Kcal: 680,4 Prot: 26,3 Lip: 22,6 HC:92,7* | 15<br>Judías verdes con tomate<br>Pollo al chilindrón con cebolla,<br>pimientos y tomate<br>Champiñones salteados<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 682,8 Prot: 26,5 Lip: 25,9 HC: 85,8* | 16<br>Alubias blancas guisadas<br>Tortilla de patata (3)<br>Ensalada de lechuga y aceitunas<br>*Pan/Pan int (1),* fruta o yogurt (7)<br>sin azúcar añadido<br>*Kcal: 703,4 Prot: 25,4 Lip: 20,0 HC: 105* | 17<br>Arroz a la milanesa con queso,<br>guisantes, zanahoria (7)<br>Abadejo a la andaluza (1,2,4,12)<br>*Ensalada de lechuga y maíz*<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal 723 Prot 21,20 lip 30,50 HC 102,7* |
| 20<br>Lentejas con verduras<br>Huevos a la cazadora con salsa de<br>tomate y champiñones (3)<br>Ensalada de lechuga y maiz<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal 621,6 Prot 24,1 lip 29,9 HC 40,9* | 21<br>**JORNADA ANDALUZA**<br>Arroz campero con pollo,<br>pimiento y cebolla<br>Flamenquín cordobés (1,3,6,7,10,14)<br>Ensalada de Tomate aliñao (14)<br>*Pan/Pan int (1),* Fruta fresca<br>*Kcal 698,6 Prot 30,2 lip 24,1 HC 84* | 22<br>Crema de calabaza<br>Estofado de Ragout de pavo<br>con verduras de temporada<br>Patatas dado<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 648,7 Prot: 26,2 Lip: 21,4 HC: 87,8* | 23<br>*Sopa de Cocido*<br>*con* fideos integrales (1,3,6,10)<br>Cocido completo con garbanzos<br>patata, pollo, chorizo y zanahoria<br>*Pan/Pan int (1),* fruta o yogurt (7)<br>sin azúcar añadido<br>*Kcal 625 Prot 22,1 lip 13,1 HC 98* | 24<br>Patatas a la riojana<br>Merluza en salsa verde (2,4,12)<br>Ensalada de lechuga y tomate<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 635 Prot: 25,0 Lip: 22,9 HC: 82,2* |
| 27<br>Arroz integral *con tomate*<br>Cinta de Sajonia a la plancha (7,<br>Pure de patata (7)<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 697,4 Prot: 19,4 Lip: 21,9 HC: 105,5* | 28<br>Guiso de judías blancas<br>con cebolla, pimientos, zanahoria<br>Tortilla española (3)<br>Ensalada de lechuga y remolacha<br>*Pan/Pan int (1),* Fruta fresca<br>*Kcal 735,6 Prot 30,13 lip 30,6 HC 91,7* | 29<br>Espagueti a la carbonara<br>de nata y bacón (1,3,6,7,10)<br>Salmon al eneldo (2,4,12)<br>*Ensalada de lechuga y maíz*<br>Pan (1), Fruta fresca<br>*Kcal: 670,4 Prot: 23,8 Lip: 23,3 HC: 91,3* | 30<br>Ensalada Alemana de patata<br>salchichas, huevo y mahonesa (3)<br>Lentejas con verduras<br>*Zanahoria rallada aliñada*<br>*Pan/Pan int (1),* fruta o yogurt (7)<br>sin azúcar añadido<br>*Kcal: 635,4 Prot: 25,0 Lip: 22,9 HC: 82,2* | |

**www.serclym.es**

1 CONTIENE GLUTEN · 2 CRUSTÁCEOS · 3 HUEVOS · 4 PESCADO · 5 CACAHUETES · 6 SOJA · 7 LÁCTEOS · 8 FRUTOS DE CÁSCARA · 9 APIO · 10 MOSTAZA · 11 GRANOS DE SÉSAMO · 12 DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS · 13 ALTRAMUCES · 14 MOLUSCOS

En cumplimiento con el Reglamento (EU) Nº 1169/ 2011, SERCLYM comunica que cuenta con la información en materia de alergias e intolerancias alimentarias en este establecimiento.
Soliciten información a nuestro personal en el comedor.