

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2021



COLEGIO: MARISTAS CHAMPAGNAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			1 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	2 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit	3 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	4 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 Judías verdes salteadas Salchichas frescas en salsa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan Sautéed green beans Fresh sausages with sauce with lettuce & olives Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Fruta	6 Espirales con tomate con queso Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Spirals with tomato sauce with cheese Ham croquettes with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	7 Alubias pintas estofadas Lomo a la plancha con patatas dado Fruta y pan Stewed pinto beans Grilled tenderloin with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	8 Paella de pollo Filete de palometa con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Chicken paella Pomfret fillet with fried garlic & balsamic with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	9 Crema de calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Yogur y pan Zucchini cream Spanish omelette with lettuce & cheese Yoghurt and bread (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta	10 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	11 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	VE: 3488/834 GT: 35 GS: 7 HC: 99 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 3
12 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Rice with tomato sauce Baked hake with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	13 Sopa de picadillo Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	14 Alubias pintas estofadas Tortilla paisana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Stewed pinto beans Mixed meat omelette with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	15 Coditos a la boloñesa Rape orly con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Elbow bolognese style Breaded monkfish with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	16 Lentejas a la jardinera Jamoncitos de pollo al limón con salteado de verduras Fruta y pan Vegetables lentils Lemon chicken drumsticks with sautéed vegetables Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	17 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	18 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3019/722 GT: 20 GS: 4 HC: 101 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 3
19 Arroz a la milanesa Timbal de lubina y patatas panadera al orégano Yogur y pan Milanese rice Sea bass and oregan baked potatoes kettledrum Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Filete de pollo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Baked chicken with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos	21 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	22 Fideuá Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Fideua (fine paella) Scrambled eggs with ham with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	23 Crema de calabaza Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y palitos de cangrejo Fruta y pan Pumpkin soup Tenderloin with garlic with lettuce & crab sticks Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos	24 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	25 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	VE: 2731/653 GT: 18 GS: 4 HC: 93 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2
26 Macarrones napolitana Abadejo en salsa verde con guisantes salteados Yogur y pan Napolitan macaroni Haddock in green sauce with sautéed peas Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	27 Alubias estofadas con verduras Magro con tomate con zanahorias salteadas Fruta y pan Beans with vegetables Pork steak with tomatoes with sautéed carrots Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	28 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacon con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Fruit and wholemeal bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos	29 Lentejas estofadas con chorizo Huevos rotos con patatas Fruta y pan Lentils with chorizo sausage Scrambled eggs with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	30 Arroz tres delicias Filete de perca al horno con ensalada de lechuga y quinoa Fruta y pan Three jewel rice Baked perch with lettuce salad with quinoa Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta			VE: 3026/724 GT: 18 GS: 3 HC: 105 AZ: 25 PROT: 41 SAL: 2

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES