

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2022



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 Espirales al pesto Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pasta spirals with pesto sauce Lemon chicken drumsticks with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)	2 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	3 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3302/790 GT: 17 GS: 3 HC: 110 AZ: 25 PROT: 48 SAL: 1
4 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)	5 Sopa de picadillo Hamburguesa al horno con patatas fritas Yogur y pan Soup with ham & egg bits Baked hamburger with french fries Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	6 Salteado de judías verdes Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Sauteed green beans Codfish croquettes with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos)	7 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	8 Salteado de guisantes con jamón Magro con tomate con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Sautéed peas with ham Pork steak with tomatoes with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	9 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	10 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	VE: 2988/715 GT: 24 GS: 3 HC: 128 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 2
11 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit)	12 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit)	13 FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit)	14 FESTIVO 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (* 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit)	15 FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit)	16 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	17 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
18 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy)	19 Tallarines gratinados Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Gratin noodles Ham croquettes with lettuce & carrot Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	20 Crema de calabaza Huevos con tomate con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Pumpkin soup Eggs with tomato with green salad with olives Fruit and wholemeal bread (* 1º Arroz 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 Carne con Verdura y Fruta)	22 Paella mixta Filete de merluza al horno con guisantes salteados Fruta y pan Mixed paella Baked hake with sautéed peas Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	23 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	24 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	VE: 3185/762 GT: 25 GS: 5 HC: 100 AZ: 29 PROT: 33 SAL: 2
25 Macarrones a la napolitana Filete de abadejo empanado con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Napolitan macaroni Breaded haddock with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)	26 Sopa de picadillo Flamenquines con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Flamenquines (ham-stuffed steak roll) with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	27 Crema de verduras Pollo a la barbacoa 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 Pescado con Pasta y Lácteos)	28 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 Pescado con Verdura y Lácteos)	29 Arroz frito Filete de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan Fried rice Hake in green sauce with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	30 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta		VE: 3470/830 GT: 39 GS: 5 HC: 103 AZ: 24 PROT: 30 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES