

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2023



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 Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	2 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	4 FESTIVO 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Dairy	5 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy	6 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit	7 FESTIVO 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit	8 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	9 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
10 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit	11 Arroz con salsa de tomate Croquetas de pollo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rice with tomato sauce Chicken croquettes with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	12 Crema de verduras Lacón a la gallega Fruta y pan integral Vegetables cream Macaroni au gratin Baked hake with sautéed carrots Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 Macarrones gratinados Filete de merluza al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Macaroni au gratin Baked hake with sautéed carrots Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	14 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	15 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	16 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3322/795 GT: 27 GS: 5 HC: 103 AZ: 28 PROT: 33 SAL: 2
17 Paella mixta Medallón de merluza empanada con guisantes salteados Fruta y pan Mixed paella Breaded hake medallion with sautéed peas Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	18 Coditos con salsa de tomate Ventresca de merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Hake in bilbaine sauce with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	19 Lentejas estofadas con verduras Revuelto de picadillo con patatas fritas Fruta y pan integral Stewed lentils Scrambled eggs with meat with french fries Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	20 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Noodle soup Baked chicken drumsticks with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	21 Salteado de judías verdes Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Sautéed green beans Meatballs in gravy with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos	22 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	23 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3122/747 GT: 25 GS: 5 HC: 127 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 1
24 Macarrones a la napolitana Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Napolitan macaroni Baked hake with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	25 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	26 Crema de verduras Jamoncitos de pollo a la naranja con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Vegetables cream Chicken drumsticks with orange sauce with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 Arroz con salsa de tomate Escalope a la milanesa con brócoli salteado Fruta y pan Rice with tomato sauce Milanese style breaded steak with sautéed broccoli Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	28 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Lentils with chorizo sausage Spanish omelette with lettuce and beets Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	29 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	30 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Legumbres y Fruta	VE: 3215/769 GT: 24 GS: 4 HC: 106 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES