

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2023



MARISTAS CHAMPAGNAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>1</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit</p>	<p>2</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed lentils Cod delights with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>3</p> <p>Espaguetis gratinados Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan integral Spaghetti au gratin Scrambled eggs with meat with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>4</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>5</p> <p>Judías verdes con patatas Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Green beans with potatoes Hake fillet in carrot sauce with green salad with olives Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3092/740 GT: 22 GS: 4 HC: 98 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 1</p>
<p>8</p> <p>Crema de calabacín con queso Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Zucchini cream with cheese Rosemary grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>9</p> <p>Alubias estofadas (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Lacón a la gallega Fruta y pan Stewed beans with vegetables Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Paella Ventresca de merluza a la griega con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan integral Paella Greek style hake with green salad with pepper and olives Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>11</p> <p>Canelones de carne Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Meat cannelloni French omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>12</p> <p>Lentejas estofadas con verduras con arroz integral Delicias de bacalao con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Stewed lentils with brown rice Cod delights with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>14</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>VE: 3384/810 GT: 25 GS: 3 HC: 112 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 1</p>
<p>15</p> <p>Vichyssoise Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Vichyssoise Roasted pork loin with fine herbs with green salad with olives Yoghurt and bread (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>16</p> <p>Coditos gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Grilled elbow macaroni Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Hamburguesa al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan integral Stewed pinto beans Baked hamburger with sautéed carrots Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>18</p> <p>JGGG MURCIANA Arroz caldero del Mar Menor Zarangollo Pan de calatrava y pan Caldero rice from the Mar Menor Zarangollo Calatrava bread and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>19</p> <p>Judías verdes con tomate Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan Green beans with tomatoe Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>20</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2718/650 GT: 18 GS: 5 HC: 86 AZ: 29 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>22</p> <p>Crema de verduras con picatostes Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Vegetables cream with croutons Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo Revuelto de queso con patatas dado asadas con ajo y romero Yogur y pan Lentils with chorizo sausage Scrambled eggs with cheese with roasted diced potatoes with garlic and rosemary Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>24</p> <p>Macarrones a la carbonara Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Macaroni in carbonara sauce Baked hake with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 3067/734 GT: 19 GS: 3 HC: 105 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 1</p>
<p>29</p> <p>Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Albóndigas a la jardinera con salteado de verduras Postre lácteo y pan Stewed lentils Meatballs with vegetables with sautéed vegetables Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>30</p> <p>Arroz a la napolitana Abadejo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Napolitan rice Baked haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>31</p> <p>Crema de zanahoria y calabaza Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Cream of carrot & butternut squash Breaded chicken breast with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>			<p>VE: 3033/726 GT: 21 GS: 5 HC: 105 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 1</p>	

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES