

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 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 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit	2 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit	3 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	4 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit	6 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy	7 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit	8 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy	9 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con champiñones salteados Fruta y pan Braised beans with vegetables Tuna omelette with sautéed mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	10 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	11 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2770/663 GT: 13 GS: 1 HC: 105 AZ: 30 PROT: 38 SAL: 1
12 Lentejas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Baked chicken drumsticks with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 Espaguetis gratinados Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado y pan Spaghetti au gratin Andalusian style sole with lettuce & olives Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	14 Paella de pollo Revuelto de jamón york y queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan integral Chicken paella Ham and cheese scramble with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	15 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 Lácteos	16 FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit	17 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	18 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 3574/855 GT: 24 GS: 6 HC: 113 AZ: 30 PROT: 44 SAL: 1
19 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga, zanahorias y pipas Helado y pan Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce, carrots and sunflower seeds salad Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	20 Sopa de fideos Albóndigas a la jardinera con patatas dado Fruta y pan Noodle soup Meatballs with vegetables with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	21 Salteado de judías verdes Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan integral Sautéed green beans Grilled chicken with french fries Fruit and wholemeal bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	22 Fideuá Filete de merluza a la donostiarra con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Fideua (fine paella) Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with vegetable stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	23 Alubias pintas estofadas Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Spinach omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	24 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	25 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	VE: 3355/803 GT: 28 GS: 6 HC: 133 AZ: 29 PROT: 36 SAL: 2
26 Macarrones gratinados Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Macaroni au gratin Scrambled eggs with meat with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	27 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	28 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral Pumpkin soup Lemon chicken drumsticks with lettuce and beets Fruit and wholemeal bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Arroz y Lácteos	29 Lentejas a la jardinera Magro con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan Vegetables lentils Pork loin steak with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	30 Arroz a la napolitana Medallón de salmón y calabaza asada con parmentier de patata Fruta y pan Napolitan rice Salmon medallion and roasted pumpkin with mashed potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos			VE: 2988/715 GT: 18 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 1

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES