

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Enero 2022

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>3</p> <p>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</p>	<p>4</p> <p>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 (* 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit</p>	<p>5</p> <p>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</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit</p>	<p>8</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>9</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>10</p> <p>Paella marinera San Jacopo con ensalada de lechuga, tomate y atún Fruta y pan Seafaring paella Cooked breaded ham & cheese escalope with lettuce, tomato & tuna Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>11</p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Palometa al horno con pisto Fruta y pan Stewed organic lentils with vegetables Baked pomfret with ratatouille Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>12</p> <p>Crema de zanahoria Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo Fruta y leche y pan integral Carrot cream Spanish omelette with lettuce, tomato and crab stick salad Fruit & milk and wholemeal bread (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>Macarrones a la napolitana Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan macaroni Battered & fried yellowfin sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>14</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta (eco.) y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>16</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3429/820 GT: 26 GS: 5 HC: 111 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>17</p> <p>Lentejas a la riojana Ventresca de merluza al horno con champiñones salteados Yogur y pan Rioja style lentils Baked hake with sautéed mushrooms Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>18</p> <p>Arroz blanco con salsa de tomate Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y leche y pan White rice with tomato sauce Cheese omelette with lettuce, cucumber and carrot salad Fruit & milk and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>19</p> <p>Alubias estofadas con verduras Magro adobado con salteado de verduras Fruta (eco.) y pan integral Braised beans with vegetables Marinated pork loin steak with sautéed vegetables Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>20 JORNADA BALEAR</p> <p>Espaguetis con salsa de sobrasada a la miel Pilotes de Sant Joan en salsa de avellanas Menjar blanc y pan Spaghetti with honey sobrasada sauce Pilotes de Sant Joan in hazelnut sauce Menjar blanc and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>Salteado de judías verdes con bacon Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan Bacon and green bean stir fry Rosemary grilled chicken with french fries Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3421/818 GT: 22 GS: 6 HC: 114 AZ: 26 PROT: 44 SAL: 2</p>
<p>24</p> <p>Arroz a la milanesa Abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con guisantes salteados Yogur y pan Milanese rice Haddock in green sauce (peas, onion, garlic and parsley) with sautéed peas Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>25</p> <p>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</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabacín (eco.) Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y leche y pan integral Courgette cream (eco.) Scrambled eggs with meat with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit & milk and wholemeal bread (* 1º Patatas 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>Alubias pintas estofadas Lacón a la gallega Fruta y pan Stewed pinto beans Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>Coditos con salsa de tomate Filete de merluza empanada con zanahorias salteadas Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Breaded hake with sautéed carrots Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>29</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>30</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3134/750 GT: 21 GS: 5 HC: 105 AZ: 27 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>31</p> <p>Sopa de ave con fideos Hamburguesa de ternera con patatas al vapor Yogur y pan Chicken soup with noodles Beef hamburger with steamed potatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>				<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>			<p>VE: 2149/514 GT: 18 GS: 7 HC: 64 AZ: 9 PROT: 33 SAL: 4</p>

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