

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

**MES:** Septiembre 2021

**COLEGIO:** LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a></p>		<p><b>1</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit</p>	<p><b>2</b> 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><b>3</b> 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit</p>	<p><b>4</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>5</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Pasta 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><b>6</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy</p>	<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Magro estofado en salsa cazadora con salteado de verduras Yogur y pan Rice with tomato sauce Lean stew in hunting sauce with sautéed vegetables Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p><b>8</b> Crema de calabacín con queso Merluza a la romana con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y leche y pan integral Courgette soup with cheese Battered &amp; fried hake with lettuce, cucumber and carrot salad Fruit &amp; milk and wholemeal bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p><b>9</b> <b>FESTIVO</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit</p>	<p><b>10</b> Alubias (eco.) estofadas con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo Fruta y pan Stewed white beans Scrambled eggs with ham with lettuce, tomato and crab stick salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p><b>11</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p><b>12</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2967/710 GT: 21 GS: 5 HC: 99 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 3</p>
<p><b>13</b> Lentejas estofadas con arroz Jamoncitos de pollo asados con patatas asadas Yogur y pan Lentil soup with rice Grilled chicken thigh with roasted potatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>14</b> Espaguetis gratinados Abadejo al horno con brócoli salteado Fruta y pan Spaghetti au gratin Baked haddock with sautéed broccoli Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p><b>15</b> Paella de pollo Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan integral Chicken paella Spinach omelette with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p><b>16</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>17</b> Crema de verduras Lomo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y leche y pan Vegetables cream Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad Fruit &amp; milk and bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>18</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p><b>19</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2948/705 GT: 16 GS: 5 HC: 104 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2</p>
<p><b>20</b> <b>FESTIVO</b> 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit</p>	<p><b>21</b> Salteado de judías verdes Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta (eco.) y pan Sautéed green beans Grilled hamburger with french fries Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>22</b> Crema de puerros Pollo asado con zanahorias salteadas Fruta y leche y pan integral Cream of leek Grilled chicken with sautéed carrots Fruit &amp; milk and wholemeal bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p><b>23</b> Fideuá Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Fideua (fine paella) Scrambled eggs with mushrooms with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p><b>24</b> Alubias pintas estofadas Filete de merluza al horno con salteado de arroz con champiñones Fruta y pan Stewed pinto beans Baked hake with sautéed rice &amp; mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>25</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>26</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>VE: 2900/694 GT: 20 GS: 3 HC: 137 AZ: 32 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p><b>27</b> Macarrones napolitana Tortilla francesa de atún con guisantes salteados Yogur y pan Napolitan macaroni Tuna omelette with sautéed peas Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p><b>28</b> 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</p>	<p><b>29</b> Crema de calabaza (eco.) Jamoncitos de pollo al limón con patatas asadas Fruta y leche y pan integral Pumpkin soup (eco.) Lemon chicken drumsticks with roasted potatoes Fruit &amp; milk and wholemeal bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>30</b> Lentejas a la jardinera Lomo asado con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Vegetables lentils Grilled tenderloin with vegetable stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>				<p>VE: 2860/684 GT: 15 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2</p>

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

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**