

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 2021

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

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 Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit	2 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	3 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	4 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	5 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	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 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	7 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	8 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 & fried hake with lettuce, cucumber and carrot salad Fruit & milk and wholemeal bread (*) 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Lácteos	9 FESTIVO 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	10 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	11 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	12 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	VE: 2967/710 GT: 21 GS: 5 HC: 99 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 3
13 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	14 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	15 Paella de pollo Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan integral Chicken paella Spinach omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	16 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	17 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 & milk and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos	18 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	19 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	VE: 2948/705 GT: 16 GS: 5 HC: 104 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
20 FESTIVO 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	21 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	22 Crema de puerros Pollo asado con zanahorias salteadas Fruta y leche y pan integral Cream of leek Grilled chicken with sautéed carrots Fruit & milk and wholemeal bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos	23 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	24 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 & mushrooms Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	25 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	26 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	VE: 2900/694 GT: 20 GS: 3 HC: 137 AZ: 32 PROT: 37 SAL: 2
27 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	28 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	29 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 & milk and wholemeal bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	30 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				VE: 2860/684 GT: 15 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES