

MES: Septiembre 2021

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN MARISCO NI LENTEJAS. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1	2	3	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6	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	8 Crema de calabacín con queso Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y leche y pan integral Courgette soup with cheese Grilled yellowfin sole with lettuce, cucumber and carrot salad Fruit & milk and wholemeal bread	9 FESTIVO	10 Alubias (eco.) estofadas con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed white beans Scrambled eggs with ham with lettuce & tomatoes Fruit and bread	VE: 2783/666 GT: 17 GS: 5 HC: 98 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 3
13 Verduras salteadas Jamoncitos de pollo asados con patatas asadas Yogur y pan Stir fry vegetables Grilled chicken thigh with roasted potatoes Yoghurt and bread	14 Espaguetis gratinados Abadejo al horno con brócoli salteado Fruta y pan Spaghetti au gratin Baked haddock with sautéed broccoli Fruit and bread	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	16 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	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	VE: 2742/656 GT: 16 GS: 4 HC: 95 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 3
20 FESTIVO	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	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	23 Macarrones con salsa de tomate Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Scrambled eggs with mushrooms with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	24 Alubias pintas estofadas Filete de lenguadina al horno con salteado de arroz con champiñones Fruta y pan Stewed pinto beans Oven baked sole fillet with sautéed rice & mushrooms Fruit and bread	VE: 2940/703 GT: 19 GS: 4 HC: 141 AZ: 30 PROT: 40 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	28 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	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	30 Puré de zanahoria Lomo asado con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Carrot purée Grilled tenderloin with vegetable stew Fruit and bread		VE: 2764/661 GT: 16 GS: 5 HC: 93 AZ: 27 PROT: 41 SAL: 2