

MES: Septiembre 2021

COLEGIO: LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es

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 de soja y pan
Rice with tomato sauce
Lean stew in hunting sauce with sautéed vegetables
Soy yoghurt and bread

8

Crema de calabacín
Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta y pan integral
Zucchini cream
Grilled hake with lettuce, cucumber and carrot salad
Fruit and wholemeal bread

9

FESTIVO

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

VE: 2487/595
GT: 11
GS: 1
HC: 93
AZ: 21
PROT: 33
SAL: 3

13

Lentejas estofadas con arroz
Jamoncitos de pollo asados con patatas asadas
Yogur de soja y pan
Lentil soup with rice
Grilled chicken thigh with roasted potatoes
Soy yoghurt and bread

14

Espaguetis con salsa de tomate
Abadejo al horno con brócoli salteado
Fruta y pan
Spaghetti with tomato sauce
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 pan
Vegetables cream
Tenderloin with garlic with lettuce, tomato and carrot salad
Fruit and bread

VE: 2884/690
GT: 15
GS: 3
HC: 104
AZ: 23
PROT: 40
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 pan integral
Cream of leek
Grilled chicken with sautéed carrots
Fruit and wholemeal bread

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

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

VE: 2772/663
GT: 18
GS: 2
HC: 135
AZ: 30
PROT: 35
SAL: 2

27

Macarrones napolitana
Tortilla francesa de atún con guisantes salteados
Yogur de soja y pan
Napolitan macaroni
Tuna omelette with sautéed peas
Soy 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 pan integral
Pumpkin soup (eco.)
Lemon chicken drumsticks with roasted potatoes
Fruit and wholemeal bread

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

VE: 2719/650
GT: 12
GS: 3
HC: 97
AZ: 22
PROT: 40
SAL: 2