

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>		<b>1</b> Espaguetis al ajillo Medallón de merluza en salsa de zanahorias con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Yogur y pan Spaghetti with garlic Hake medallion in carrot sauce with lettuce salad with sweetcorn & black olives Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>2</b> Alubias (eco.) a la campesina Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan White beans peasant style Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	<b>3</b> Gratén de coliflor con bechamel Salchichas frescas al horno con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Baked fresh sausage with sautéed rice Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	<b>4</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>5</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	VE: 3420/818 GT: 24 GS: 6 HC: 109 AZ: 21 PROT: 45 SAL: 3
<b>6</b> Coditos a la boloñesa Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Elbow bolognese style Baked hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)	<b>7</b> Crema de puerros Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas panaderas Fruta y leche y pan Cream of leek Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with roasted potatoes Fruit & milk and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta)	<b>8</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	<b>9</b> Salteado de judías verdes con jamón Delicias de bacalao con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Yogur y pan Sautéed green beans with ham and beetroot salad Cod delights with lettuce, tomato and yoghurt Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Fruta)	<b>10</b> Paella mixta Tortilla de calabacín con champiñones salteados Fruta y pan Mixed paella Zucchini omelette with sautéed mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	<b>11</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	<b>12</b> 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3065/733 GT: 20 GS: 4 HC: 110 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 1
<b>13</b> Sopa de picadillo Pollo asado con patatas asadas Fruta y leche y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with roasted potatoes Fruit & milk and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	<b>14</b> Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.) Fruta y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa (eco.) salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>15</b> Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo Yogur y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato and crab stick salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	<b>16</b> Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	<b>17</b> Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con puré de patatas Fruta y pan Stewed lentils Baked lacón pork with mashed potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	<b>18</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>19</b> 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 3129/749 GT: 19 GS: 5 HC: 105 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2
<b>20</b> Espirales al pesto Filete de lenguadina a la andaluza con guisantes salteados (eco.) Fruta y pan Pasta spirals with pesto sauce Andalusian style sole with sautéed peas Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	<b>21</b> Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>22</b> Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y leche y pan Rice with tomato sauce Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce, carrot & olives Fruit & milk and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	<b>23</b> Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	<b>24</b> <b>NO LECTIVO</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit)	<b>25</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	<b>26</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3373/807 GT: 25 GS: 6 HC: 108 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 1
<b>27</b> <b>NO LECTIVO</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit)	<b>28</b> Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz Fruta y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot (eco.) and corn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)						VE: 2990/715 GT: 18 GS: 5 HC: 101 AZ: 41 PROT: 37 SAL: 2

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

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