

MES: Septiembre 2022

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

5

6

7

Arroz con salsa de tomate
Lacón al horno con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan
Rice with tomato sauce
Baked lacón pork with lettuce, cucumber and olives salad
Fruit and bread

8

Crema de calabacín
Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz
Yogur de soja y **pan integral**
Zucchini cream
Baked hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn
Soy yoghurt and **wholemeal bread**

9

Alubias estofadas con verduras
Tortilla francesa de atún con champiñones salteados
Fruta y pan
Braised beans with vegetables
Tuna omelette with sautéed mushrooms
Fruit and bread

VE: 2760/660
GT: 16
GS: 2
HC: 95
AZ: 21
PROT: 35
SAL: 2

12

Lentejas (eco) estofadas con verduras
Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas
Helado apto y pan
Stewed organic lentils with vegetables
Baked chicken drumsticks with french fries
Ice-cream (suitable) and bread

13

Espaguetis con salsa de tomate
Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Fruta y pan
Spaghetti with tomato sauce
Baked sole fillet with lettuce, tomato and olives salad
Fruit and bread

14

Paella de pollo
Revuelto de jamón york con **ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz**
Fruta y **pan integral**
Chicken paella
Scrambled eggs with ham with **lettuce, carrot (eco.) and corn salad**
Fruit and **wholemeal bread**

15

Sopa de cocido
Cocido completo
Yogur de soja y pan
Chicken and vegetable soup
Full course "cocido" stew
Soy yoghurt and bread

16

Crema de verduras
Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta y pan
Vegetables cream
Roasted pork loin with fine herbs with lettuce, tomato and carrot salad
Fruit and bread

VE: 3116/746
GT: 21
GS: 4
HC: 103
AZ: 23
PROT: 41
SAL: 1

19

Salteado de judías verdes con jamón
Filete de merluza en salsa verde con guisantes salteados
Helado apto y pan
Sautéed green beans with ham
Hake in green sauce with sautéed peas
Ice-cream (suitable) and bread

20

Sopa de fideos
Albóndigas a la jardinera con arroz salteado
Fruta (eco.) y pan
Noodle soup
Meatballs with vegetables with sautéed rice
Fruit and bread

21

Crema de puerros
Pollo asado con patatas fritas
Fruta y **pan integral**
Cream of leek
Grilled chicken with french fries
Fruit and **wholemeal bread**

22

Fideuá
Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga, tomate y maíz
Fruta y pan
Fideua (fine paella)
Spinach omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn
Fruit and bread

23

Alubias pintas estofadas
Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Stewed pinto beans
Battered & fried yellowfin sole with lettuce & carrot
Fruit and bread

VE: 2918/698
GT: 19
GS: 3
HC: 98
AZ: 30
PROT: 35
SAL: 2

26

Macarrones con salsa de tomate
Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur de soja y pan
Macaroni with tomato sauce
Scrambled eggs with meat with lettuce & tomatoes
Soy yoghurt and bread

27

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta y pan
Chicken and vegetable soup
Full course "cocido" stew
Fruit and bread

28

Crema de calabaza (eco.)
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y remolacha
Fruta y **pan integral**
Pumpkin soup (eco.)
Lemon chicken drumsticks with lettuce, tomato and beetroot salad
Fruit and **wholemeal bread**

29

Lentejas a la jardinera
Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan
Vegetables lentils
Baked hake with green salad with olives
Fruit and bread

30

Arroz a la napolitana
Magro de cerdo al tomillo con **ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.)**
Fruta y pan
Neapolitan rice
Lean pork with thyme with **lettuce, carrot and quinoa (eco.) salad**
Fruit and bread

VE: 2969/710
GT: 17
GS: 3
HC: 100
AZ: 24
PROT: 39
SAL: 2