

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2024

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 Marmitako de atún Escalope de cerdo con ensalada de tomate y zanahoria Fruta (eco.) y pan Marmitako tuna Pork escalope (breaded steak) with tomato and carrot Fruit and bread	2 Lentejas (eco) estofadas con verduras Pollo asado al limón con brócoli salteado Fruta y leche y pan Stewed organic lentils with vegetables Roasted lemon chicken with sautéed broccoli Fruit & milk and bread	3	4	VE: 3692/883 GT: 30 GS: 7 HC: 111 AZ: 30 PROT: 44 SAL: 2
5 Coditos a la boloñesa Ventresca de merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Elbow bolognese style Hake in bilbaine sauce with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	6 Crema de puerros Magro al ajillo con patatas fritas Fruta y leche y pan Cream of leek Lean in garlic with french fries Fruit & milk and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	7 Sopa de cocido Cocido completo Fruta (eco.) y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	8 Paella mixta Medallón de salmón y calabaza con salsa de tomate con champiñones salteados Fruta y pan Mixed paella Salmon and pumpkin medallion with tomato sauce with sautéed mushrooms Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	9 Salteado de judías verdes con jamón Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Sautéed green beans with ham Spanish omelette with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos	10 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	11 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3156/755 GT: 25 GS: 6 HC: 101 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 1
12 Sopa de picadillo Pollo asado con salteado de verduras Yogur y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with sautéed vegetables Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	13 Macarrones gratinados Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, quinoa (eco) y maíz Fruta y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, quinoa (eco) and corn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	14 Alubias estofadas con verduras Tortilla de espinacas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Braised beans with vegetables Spinach omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	15 Crema de calabaza Albóndigas en salsa con arroz salteado Fruta y leche y pan Pumpkin soup Meatballs in gravy with sautéed rice Fruit & milk and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	16 Lentejas a la campesina Lacón al horno con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan Vegetables lentils Baked lacón pork with lettuce, cucumber and carrot salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	17 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	18 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	VE: 3017/722 GT: 18 GS: 6 HC: 102 AZ: 29 PROT: 37 SAL: 2
19 Espirales al pesto Abadejo a la andaluza con guisantes salteados Gelatina y pan Pasta spirals with pesto sauce Andalusian style haddock with sautéed peas Jelly and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	20 Alubias pintas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style cooked beans French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	21 Crema de calabacín Filete de pollo al romero con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan integral Zucchini cream Rosemary chicken fillet with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	22 FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit	23 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit	24 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	25 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Fruta	VE: 2879/689 GT: 18 GS: 3 HC: 96 AZ: 27 PROT: 40 SAL: 1
26 Lentejas estofadas con verduras San Jacobo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Stewed lentils Cooked breaded ham & cheese escalope with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	27 Paella de verduras Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable paella Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	28 Crema de zanahoria Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y leche y pan integral Carrot cream Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit & milk and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	29 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta				VE: 3414/817 GT: 30 GS: 6 HC: 107 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 1

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES