

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Octubre 2023

LA INMACULADA PP ESCOLAPIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>4</p> <p>Paella mixta Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Mixed paella Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta y leche y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit & milk and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>7</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3080/737 GT: 22 GS: 5 HC: 100 AZ: 31 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>10</p> <p>Crema de puerros Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cream of leek Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p>12</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit)</p>	<p>13</p> <p style="text-align: center;">NO LECTIVO</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit)</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>15</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2940/703 GT: 18 GS: 5 HC: 97 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Merluza a la bilbaína con coliflor Yogur y pan Rice with tomato sauce Bilbain's style hake with cauliflower Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Scrambled eggs with ham with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y leche y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit & milk and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, palitos de cangrejo y remolacha Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Andalusian style sole with lettuce salad, crab sticks and beets Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>21</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3128/748 GT: 22 GS: 5 HC: 101 AZ: 26 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Yogur y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y leche y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit & milk and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan Milanese rice Battered & fried haddock with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3370/806 GT: 33 GS: 7 HC: 101 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Delicias de bacalao con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Cod delights with lettuce, cucumber and carrot salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>						<p>VE: 3753/898 GT: 34 GS: 5 HC: 112 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 1</p>

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

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