

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 2023

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>				1 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit	2 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	3 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	5 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit	6 Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	7 Alubias estofadas con verduras Revuelto de queso con champiñones salteados Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with cheese with sautéed mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	8 Crema de calabacín Delicias de bacalao con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y leche y pan Zucchini cream Cod delights with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit & milk and bread (* 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Fruta	9 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	10 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 3366/805 GT: 24 GS: 4 HC: 117 AZ: 31 PROT: 32 SAL: 2
11 Lentejas (eco.) estofadas con boniato Fajitas de ternera al curry con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Helado y pan Lentils stew with sweet potato Curried beef fajitas with lettuce, tomato and carrot salad Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	12 Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con guisantes salteados Fruta y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with sautéed peas Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	13 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	14 Paella de pollo Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta y pan Chicken paella Tuna omelette with lettuce, tomato and beetroot salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	15 Crema de verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Fruta y leche y pan Vegetables cream Baked chicken drumsticks with french fries Fruit & milk and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	16 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	17 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 3523/843 GT: 23 GS: 10 HC: 115 AZ: 33 PROT: 42 SAL: 1
18 Arroz tres delicias Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y palitos de cangrejo Helado y pan Chinese fried rice Baked hake with lettuce, tomato and crab stick salad Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	19 Sopa de fideos Albóndigas a la jardinera con menestra de verduras salteadas Fruta y leche y pan Noodle soup Meatballs with vegetables with vegetable stew Fruit & milk and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	20 Crema de zanahoria Pollo asado con patatas asadas Fruta y pan Carrot cream Grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	21 Macarrones con salsa de tomate Rabas de calamar con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur y pan Macaroni with tomato sauce Squid strips with lettuce, cucumber and carrot salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	22 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	23 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	24 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	VE: 3093/740 GT: 23 GS: 6 HC: 99 AZ: 28 PROT: 35 SAL: 2
25 Fideuá Lomo a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Fideua (fine paella) Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	26 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	27 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y leche y pan Pumpkin soup Lemon chicken drumsticks with lettuce, cucumber and carrot salad Fruit & milk and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Lácteos	28 Arroz a la napolitana Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.) Helado y pan Napolitan rice Scrambled eggs with meat with lettuce, carrot and quinoa (eco.) salad Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	29 Lentejas a la jardinera Merluza en adobo con pisto Fruta y pan Vegetables lentils Hake in marinade with ratatouille Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	30 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta		VE: 3356/803 GT: 26 GS: 6 HC: 106 AZ: 31 PROT: 73 SAL: 2

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

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