

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2024

AITANA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
1 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	2 FESTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	3 FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	4 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	5 FESTIVO 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	6 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	7 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
8 FESTIVO 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	9 M: Fruta y lácteo Puré de verduras Tortilla de patatas con jamón y queso Fruta de temporada y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	10 M: Bocado de pavo Macarrones a la genovesa Abadejo en salsa con guisantes Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	11 M: Fruta y lácteo Lentejas a la campesina Lomo adobado con patatas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	12 M: Bocado de atún Sopa de ave con fideos Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	13 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	14 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2901/694 GT: 18 GS: 3 HC: 99 AZ: 21 PROT: 36 SAL: 2
15 M: Bocado york y queso Hervido valenciano Albóndigas en salsa Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	16 M: Fruta y lácteo Garbanzos (eco.) con espinacas con huevo duro Jamoncitos de pollo al limón con champiñones salteados Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	17 MERIENDA ESPECIAL Espaguetis a la carbonara Rodaja de merluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta o lácteo (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	18 M: Fruta y lácteo Potaje de judías con verduras Tortilla francesa de pavo con queso Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	19 M: Bocado de atún Entremeses con ensalada Arroz al horno Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	20 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	21 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	VE: 3055/731 GT: 28 GS: 5 HC: 84 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 2
22 M: Bocado york y queso Crema de verduras con picatostes Hamburguesa al horno con patatas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	23 MERIENDA ESPECIAL Lentejas estofadas con boniato Alitas de pollo con salsa barbacoa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	24 M: Bocado de pavo Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate) Tortilla de calabacín con loncha de pavo Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	25 M: Fruta y lácteo Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	26 M: Bocado de atún Espirales (integrales) con salsa boloñesa Delicias de merluza con panaché de verduras Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	28 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos	VE: 3321/795 GT: 25 GS: 5 HC: 107 AZ: 21 PROT: 36 SAL: 2
29 M: Bocado york y queso Fideuá Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	30 M: Fruta y lácteo Lentejas estofadas con verduras Lomo al ajillo con patatas chips Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta						VE: 3708/887 GT: 39 GS: 6 HC: 115 AZ: 30 PROT: 29 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES