

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2022

COLEGIO: ALDEAFUENTE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>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></p>		<p><b>1</b></p> <p>Gazpacho Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y tomate Fruta y <b>pan integral</b> Gazpacho Rosemary grilled chicken with lettuce &amp; tomatoes Fruit and <b>wholemeal bread</b> (* 1º Patatas 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>2</b></p> <p>Espirales gratinados San Jacó con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Spirals au gratin Cooked breaded ham &amp; cheese escalope with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p><b>3</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Braised beans with vegetables French omelette with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>4</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3343/800 GT: 22 GS: 4 HC: 111 AZ: 35 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p><b>6</b></p> <p>Arroz con pollo Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with chicken Scrambled eggs with tuna with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>7</b></p> <p>Crema de garbanzos Hamburguesa (burguer meat) con patatas fritas Yogur y pan Cream of chickpeas Hamburger (burger meat) with french fries Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>8</b></p> <p>Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y <b>pan integral</b> Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and <b>wholemeal bread</b> (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>9</b></p> <p>Crema de verduras Estofado de pavo con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>10</b></p> <p>Macarrones gratinados Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan Macaroni au gratin Battered &amp; fried haddock with lettuce &amp; carrot Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>11</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p><b>12</b></p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3317/794 GT: 51 GS: 6 HC: 100 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p><b>13</b></p> <p>Sopa de picadillo Lomo asado a las finas hierbas con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham &amp; egg bits Roasted pork loin with fine herbs with sautéed vegetables Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>14</b></p> <p>entejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Lentils with chorizo Cod delights with lettuce &amp; tomatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p><b>15</b></p> <p>Coditos gratinados Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y <b>pan integral</b> Grilled elbow macaroni Zucchini omelette with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and <b>wholemeal bread</b> (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p><b>16</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Pollo asado con salsa barbaocao con champiñones salteados Fruta y pan Rice with tomato sauce Roasted chicken with barbecue sauce with sautéed mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Postre lácteo y pan Carrot cream Meatballs with vegetables with french fries Dairy dessert and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>18</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>19</b></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: 3257/779 GT: 26 GS: 6 HC: 100 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p><b>20</b></p> <p>Ensalada de pasta Pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Pasta salad Grilled chicken with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>21</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Rice with tomato sauce Ham omelette with green salad with olives Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de lentejas Escalope de cerdo con ensalada de atún y maíz Fruta y <b>pan integral</b> Lentils cream Pork escalope (breaded steak) with tuna and corn salad Fruit and <b>wholemeal bread</b> (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>23</b></p> <p>Gazpacho Fritura variada con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Gazpacho Assorted fried fish platter with lettuce &amp; tomatoes Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>24</b></p> <p><b>COMIDA ESPECIAL</b> Ensaladilla rusa Hamburguesa completa con patatas fritas Postre especial Russian salad Hamburger with french fries Special desserts (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>25</b></p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p><b>26</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3855/922 GT: 36 GS: 7 HC: 114 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p><b>27</b></p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta) (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit)</p>	<p><b>28</b></p> <p>1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta) (* 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit)</p>	<p><b>29</b></p> <p>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) (* 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit)</p>	<p><b>30</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta) (* 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Fruit)</p>				<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

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