

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>1</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread (* ^{1º} Pasta ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>2</p> <p>Arroz tres delicias Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Three jewel rice Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>3</p> <p>Macarrones a la genovesa Filete de merluza a la romana con pisto Yogur y pan Macaroni in genovese sauce Battered & fried hake with ratatouille Yoghurt and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>4</p> <p>Ensalada campera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rural Salad Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>5</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Legumbres y Lácteos ^{1º} Vegetable ^{2º} Fish with Legumes and Dairy ^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>6</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Lácteos ^{1º} Vegetable ^{2º} Egg with Potatoes and Dairy ^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3032/725 GT: 24 GS: 4 HC: 97 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>7</p> <p>Espaguetis con salsa cuatro quesos Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Espagueti with 4 cheese sauce Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>8</p> <p>Gazpacho Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan Gazpacho Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread (* ^{1º} Legumbres ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>9</p> <p>Paella mixta Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan integral Mixed paella Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and wholemeal bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p>10</p> <p>Crema de legumbres Revuelto de atún con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Cream of legumes Scrambled eggs with tuna with lettuce and beets Dairy dessert and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Arroz y Fruta)</p>	<p>11</p> <p>Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (* ^{1º} Patatas ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>12</p> <p>^{1º} Pasta ^{2º} Carne con Verdura y Fruta ^{1º} Pasta ^{2º} Cold cuts with Vegetable and Fruit ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>13</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: 3347/801 GT: 46 GS: 5 HC: 104 AZ: 28 PROT: 43 SAL: 3</p>
<p>14</p> <p>Sopa de picadillo San Jacobo con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Cooked breaded ham & cheese escalope with sautéed vegetables Fruit and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p>15</p> <p>Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan Rioja style lentils Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>16</p> <p>Coditos a la boloñesa Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Elbow bolognese style French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Arroz y Lácteos)</p>	<p>17</p> <p>Arroz a la milanesa Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado y pan Milanese rice Andalusian-style hake fillet with lettuce & olives Ice cream and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>18</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Carrot soup Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread (* ^{1º} Patatas ^{2º} Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>19</p> <p>^{1º} Arroz ^{2º} Carne con Verdura y Fruta ^{1º} Rice ^{2º} Cold cuts with Vegetable and Fruit ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>20</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Legumbres y Fruta ^{1º} Vegetable ^{2º} Egg with Legumes and Fruit ^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3276/784 GT: 30 GS: 7 HC: 101 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate Fritura variada con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Assorted fried fish platter with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>22</p> <p>Macarrones a la carbonara Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Macaroni in carbonara sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Yoghurt and bread (* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p>23</p> <p style="text-align: center;">COMIDA ESPECIAL</p> <p>(* ^{1º} Verdura ^{2º} Pescado con Patatas y Fruta (* ^{1º} Vegetable ^{2º} Fish with Potatoes and Fruit)</p>	<p>24</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 Lácteos (* ^{1º} Pasta ^{2º} Fish with Vegetable and Dairy)</p>	<p>25</p> <p>^{1º} Patatas ^{2º} Carne con Verdura y Lácteos ^{1º} Potatoes ^{2º} Cold cuts with Vegetable and Dairy (* ^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Pasta y Fruta (* ^{1º} Vegetable ^{2º} Egg with Pasta and Fruit)</p>	<p>26</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>27</p> <p>^{1º} Verdura ^{2º} Huevos con Pasta y Lácteos ^{1º} Vegetable ^{2º} Egg with Pasta and Dairy ^{1º} Legumbres ^{2º} Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3531/845 GT: 30 GS: 5 HC: 116 AZ: 19 PROT: 27 SAL: 3</p>
<p>28</p> <p>^{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)</p>	<p>29</p> <p>^{1º} Arroz ^{2º} Pescado con Verdura y Fruta ^{1º} Rice ^{2º} Fish with Vegetable and Fruit (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta (* ^{1º} Vegetable ^{2º} Cold cuts with Pasta and Fruit)</p>	<p>30</p> <p>^{1º} Legumbres ^{2º} Huevos con Verdura y Lácteos ^{1º} Legumes ^{2º} Egg with Vegetable and Dairy (* ^{1º} Verdura ^{2º} Carne con Pasta y Fruta (* ^{1º} Vegetable ^{2º} Cold cuts with Pasta 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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan (sin gluten) Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread (gluten free)	2 Arroz tres delicias Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Three jewel rice Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)	3 Pasta (sin gluten) a la genovesa Filete de merluza a la plancha con pisto Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten-free) with genovese sauce Grilled hake with ratatouille Yoghurt and bread (gluten free)	4 Ensalada campera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rural Salad Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 2388/571 GT: 22 GS: 5 HC: 74 AZ: 19 PROT: 26 SAL: 2
7 Pasta (sin gluten) con tomate Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	8 Sopa de pasta (sin gluten) Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread (gluten free)	9 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and bread (gluten free)	10 Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan (sin gluten) Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce and beets Dairy dessert and bread (gluten free)	11 Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y pan (sin gluten) Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2670/639 GT: 44 GS: 6 HC: 75 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 3
14 Sopa de picadillo (sin gluten) Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled tenderloin with sautéed vegetables Fruit and bread (gluten free)	15 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan (sin gluten) Vegetables cream Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread (gluten free)	16 Pasta (sin gluten) boloñesa Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta with bolognese sauce (gluten free) French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	17 Arroz a la milanesa Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado y pan (sin gluten) Milanese rice Grilled hake with lettuce & olives Ice cream and bread (gluten free)	18 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Carrot soup Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2546/609 GT: 27 GS: 7 HC: 73 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 3
21 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	22 Pasta (sin gluten) con tomate Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Yoghurt and bread (gluten free)	23 COMIDA ESPECIAL	24	25	VE: 2789/667 GT: 19 GS: 5 HC: 87 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 2
28	29	30			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

<p>FODMAPS. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>1</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan (sin gluten) Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread (gluten free)</p>	<p>2</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>3</p> <p>Pasta (sin gluten) a la genovesa Filete de merluza a la plancha con pisto Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten-free) with genovese sauce Grilled hake with ratatouille Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>4</p> <p>Ensalada campera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rural Salad Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 2438/583 GT: 22 GS: 5 HC: 77 AZ: 19 PROT: 26 SAL: 2</p>
<p>7</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>8</p> <p>Sopa de pasta (sin gluten) Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>9</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan (sin gluten) Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce and beets Dairy dessert and bread (gluten free)</p>	<p>11</p> <p>Verduras salteadas Pavo a la plancha con patatas al vapor Fruta y pan (sin gluten) Stir fry vegetables Grilled turkey with steamed potatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 2519/603 GT: 42 GS: 5 HC: 72 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 3</p>
<p>14</p> <p>Sopa de picadillo (sin gluten) Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled tenderloin with sautéed vegetables Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>15</p> <p>Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan (sin gluten) Vegetables cream Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread (gluten free)</p>	<p>16</p> <p>Pasta (sin gluten) boloñesa Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta with bolognese sauce (gluten free) French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>17</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Postre especial y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled hake with lettuce & olives Special desserts and bread (gluten free)</p>	<p>18</p> <p>Crema de zanahoria Filete de ternera con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Carrot soup Beef steak with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 2363/565 GT: 22 GS: 4 HC: 72 AZ: 23 PROT: 26 SAL: 3</p>
<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>22</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>23</p> <p>COMIDA ESPECIAL</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>VE: 2789/667 GT: 19 GS: 5 HC: 87 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>			<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread	2 Arroz tres delicias Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Three jewel rice Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread	3 Macarrones a la genovesa Filete de merluza a la romana con pisto Yogur y pan Macaroni in genovese sauce Battered & fried hake with ratatouille Yoghurt and bread	4 Ensalada campera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rural Salad Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3032/725 GT: 24 GS: 4 HC: 97 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3
7 Espaguetis con salsa cuatro quesos Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Espagueti with 4 cheese sauce Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	8 Gazpacho Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan Gazpacho Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread	9 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and bread	10 Crema de legumbres Revuelto de atún con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Cream of legumes Scrambled eggs with tuna with lettuce and beets Dairy dessert and bread	11 Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	VE: 3310/792 GT: 43 GS: 5 HC: 108 AZ: 25 PROT: 43 SAL: 3
14 Sopa de picadillo San Jacobo con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Cooked breaded ham & cheese escalope with sautéed vegetables Fruit and bread	15 Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan Rioja style lentils Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread	16 Coditos a la boloñesa Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Elbow bolognese style French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	17 Arroz a la milanesa Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado apto y pan Milanese rice Andalusian-style hake fillet with lettuce & olives Ice-cream (suitable) and bread	18 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Carrot soup Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3193/764 GT: 28 GS: 5 HC: 101 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 3
21 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	22 Macarrones a la carbonara Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Macaroni in carbonara sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Yoghurt and bread	23 COMIDA ESPECIAL	24	25	VE: 2967/710 GT: 17 GS: 3 HC: 105 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 3
28	29	30			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread	2 Arroz con salsa de tomate Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread	3 Pasta (sin huevo) a la genovesa Filete de merluza a la plancha con pisto Yogur y pan Pasta (without eggs) with genovese sauce Grilled hake with ratatouille Yoghurt and bread	4 Patatas estofadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Grilled tenderloin with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2811/672 GT: 21 GS: 4 HC: 91 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 3
7 Pasta (sin huevo) con tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	8 Gazpacho Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan Gazpacho Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread	9 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and wholemeal bread	10 Crema de legumbres Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Cream of legumes Grilled turkey with lettuce and beets Dairy dessert and bread	11 Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	VE: 3122/747 GT: 20 GS: 4 HC: 106 AZ: 25 PROT: 41 SAL: 3
14 Sopa de pasta (sin huevo) San Jacobo con salteado de verduras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Cooked breaded ham & cheese escalope with sautéed vegetables Fruit and bread	15 Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan Rioja style lentils Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread	16 Pasta (sin huevo ni queso) boloñesa Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Pasta with bolognese sauce (egg & cheese free) Grilled turkey with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	17 Arroz a la milanesa Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado apto y pan Milanese rice Andalusian-style hake fillet with lettuce & olives Ice-cream (suitable) and bread	18 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Carrot soup Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3132/749 GT: 28 GS: 5 HC: 99 AZ: 29 PROT: 30 SAL: 3
21 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	22 Pasta (sin huevo) carbonara Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Pasta (gluten egg) in carbonara sauce Grilled turkey with green salad with olives Yoghurt and bread	23 COMIDA ESPECIAL	24	25	VE: 2905/695 GT: 19 GS: 3 HC: 96 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
28	29	30			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre especial y pan Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Special desserts and bread	2 Arroz tres delicias Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Three jewel rice Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread	3 Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza a la romana con pisto Yogur de soja y pan Macaroni with tomato sauce Battered & fried hake with ratatouille Soy yoghurt and bread	4 Ensalada campera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rural Salad Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2982/714 GT: 24 GS: 3 HC: 95 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3
7 Espaguetis con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	8 Gazpacho Lomo adobado con patatas fritas Yogur de soja y pan Gazpacho Marinated tenderloin with french fries Soy yoghurt and bread	9 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and wholemeal bread	10 Crema de legumbres Revuelto de atún con ensalada de lechuga y remolacha Postre especial y pan Cream of legumes Scrambled eggs with tuna with lettuce and beets Special desserts and bread	11 Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	VE: 3261/780 GT: 42 GS: 3 HC: 108 AZ: 24 PROT: 43 SAL: 3
14 Sopa de picadillo Lomo a la plancha con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled tenderloin with sautéed vegetables Fruit and bread	15 Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre especial y pan Rioja style lentils Baked chicken with french fries Special desserts and bread	16 Coditos con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	17 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado apto y pan Rice with tomato sauce Andalusian-style hake fillet with lettuce & olives Ice-cream (suitable) and bread	18 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Carrot soup Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3045/728 GT: 24 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 3
21 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	22 Macarrones con salsa de tomate Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan Macaroni with tomato sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Soy yoghurt and bread	23 COMIDA ESPECIAL	24	25	VE: 2820/675 GT: 13 GS: 1 HC: 102 AZ: 18 PROT: 37 SAL: 2
28	29	30			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread	2 Arroz con salsa de tomate Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread	3 Macarrones a la genovesa Filete de merluza a la romana con pisto Yogur y pan Macaroni in genovese sauce Battered & fried hake with ratatouille Yoghurt and bread	4 Ensalada campera Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rural Salad Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3082/737 GT: 25 GS: 4 HC: 100 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3
7 Espaguetis con salsa cuatro quesos Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Espagueti with 4 cheese sauce Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	8 Gazpacho Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan Gazpacho Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread	9 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and wholemeal bread	10 Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce and beets Dairy dessert and bread	11 Verduras salteadas Pavo a la plancha con patatas al vapor Fruta y pan Stir fry vegetables Grilled turkey with steamed potatoes Fruit and bread	VE: 2972/711 GT: 41 GS: 4 HC: 97 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 3
14 Sopa de picadillo San Jacobo con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Cooked breaded ham & cheese escalope with sautéed vegetables Fruit and bread	15 Crema de verduras Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan Vegetables cream Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread	16 Coditos a la boloñesa Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Elbow bolognese style French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	17 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Postre especial y pan Rice with tomato sauce Andalusian-style hake fillet with lettuce & olives Special desserts and bread	18 Crema de zanahoria Filete de ternera con patatas dado Fruta y pan Carrot soup Beef steak with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3000/718 GT: 25 GS: 4 HC: 97 AZ: 25 PROT: 30 SAL: 3
21 Arroz con salsa de tomate Fritura variada con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Assorted fried fish platter with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	22 Macarrones a la carbonara Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Macaroni in carbonara sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Yoghurt and bread	23 COMIDA ESPECIAL	24	25	VE: 3531/845 GT: 30 GS: 5 HC: 116 AZ: 19 PROT: 27 SAL: 3
28	29	30			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

MES: Junio 2021

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Crema de calabaza Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Postre lácteo y pan Pumpkin soup Grilled hamburger with french fries Dairy dessert and bread	2 Arroz tres delicias Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Three jewel rice Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread	3 Macarrones a la genovesa Pavo a la plancha con pisto Yogur y pan Macaroni in genovese sauce Grilled turkey with ratatouille Yoghurt and bread	4 Patatas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2861/684 GT: 20 GS: 4 HC: 99 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 3
7 Espaguetis con salsa cuatro quesos Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Espagueti with 4 cheese sauce Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	8 Gazpacho Lomo adobado con patatas fritas Yogur y pan Gazpacho Marinated tenderloin with french fries Yoghurt and bread	9 Arroz con salsa de tomate Pollo al chilindrón con champiñones Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Chicken in "chilindron" gravy with mushrooms Fruit and wholemeal bread	10 Crema de legumbres Tortilla francesa con ensalada de lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Cream of legumes French omelette with lettuce and beets Dairy dessert and bread	11 Judías verdes con tomate Lacón a la gallega Fruta y pan Green beans with tomatoe Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread	VE: 3114/745 GT: 20 GS: 4 HC: 107 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 3
14 Sopa de picadillo San Jacobo con salteado de verduras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Cooked breaded ham & cheese escalope with sautéed vegetables Fruit and bread	15 Lentejas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con patatas fritas Postre lácteo y pan Rioja style lentils Baked chicken with french fries Dairy dessert and bread	16 Coditos a la boloñesa Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Elbow bolognese style French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	17 Arroz a la milanesa Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado y pan Milanese rice Grilled turkey with lettuce & olives Ice cream and bread	18 Crema de zanahoria Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan Carrot soup Meatballs in gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3224/771 GT: 30 GS: 6 HC: 100 AZ: 27 PROT: 31 SAL: 3
21 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	22 Macarrones a la carbonara Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Macaroni in carbonara sauce Scrambled eggs with turkey with green salad with olives Yoghurt and bread	23 COMIDA ESPECIAL	24	25	VE: 2967/710 GT: 17 GS: 3 HC: 105 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 3
28	29	30			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0