Sin Gluten

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan (sin gluten) Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread (gluten free)	VE: 3204/767 GT: 26 GS: 7 HC: 100 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten) con tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (gluten free)	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3019/722 GT: 26 GS: 7 HC: 96 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
13 Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	14 Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread (gluten free)	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan (sin gluten) Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread (gluten free)	VE: 3264/781 GT: 27 GS: 7 HC: 103 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	21 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled yellowfin sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (gluten free)	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	24 **NO LECTIVO**	VE: 3013/721 GT: 23 GS: 7 HC: 96 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin gluten) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan (sin gluten) Pasta au gratin (gluten free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (gluten free)				VE: 3157/755 GT: 35 GS: 12 HC: 91 AZ: 14 PROT: 37 SAL: 2

Sin Frutos Secos

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3291/787 GT: 22 GS: 5 HC: 106 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3058/732 GT: 24 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 29 SAL: 1
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3082/737 GT: 20 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3071/735 GT: 19 GS: 5 HC: 103 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Sin Huevo

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (gluten & egg free) Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3235/774 GT: 22 GS: 5 HC: 104 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2793/668 GT: 20 GS: 4 HC: 92 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3007/719 GT: 17 GS: 4 HC: 104 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3073/735 GT: 20 GS: 5 HC: 100 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2404/575 GT: 25 GS: 9 HC: 66 AZ: 10 PROT: 31 SAL: 2

Sin Lactosa

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Yogur de soja y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Soy yoghurt and bread	VE: 3223/771 GT: 22 GS: 4 HC: 102 AZ: 20 PROT: 42 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Soy yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2824/676 GT: 19 GS: 4 HC: 96 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur de soja y pan Macaroni with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Soy yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3027/724 GT: 19 GS: 3 HC: 104 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3058/732 GT: 19 GS: 4 HC: 103 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread				VE: 2824/676 GT: 21 GS: 5 HC: 88 AZ: 5 PROT: 37 SAL: 2

Sin Legumbres

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Sopa de pasta Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Crema de verduras Lomo a la plancha con arroz salteado Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 2919/698 GT: 17 GS: 3 HC: 100 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Homemade hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	9 Crema de verduras Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2840/679 GT: 22 GS: 4 HC: 97 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Sopa de pasta Albóndigas caseras con arroz salteado Fruta y pan Pasta soup Homemade meatballs with sautéed rice Fruit and bread	17 Crema de verduras Lomo a la plancha con patatas panaderas Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 2867/686 GT: 18 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2661/637 GT: 14 GS: 3 HC: 96 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Homemade hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Sin Pescado

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Espaguetis a la napolitana Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3307/791 GT: 23 GS: 6 HC: 106 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Chicken breast with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2851/682 GT: 20 GS: 5 HC: 97 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 1
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Grilled tenderloin with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3107/743 GT: 21 GS: 5 HC: 100 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Grilled turkey with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2908/696 GT: 17 GS: 4 HC: 101 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN GLUTEN, LACTOSA, PESCADO, HUEVO, FS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	VE: 3277/784 GT: 27 GS: 7 HC: 103 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 3
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Baked hamburger with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten) Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) Grilled turkey with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (gluten free)	10 Arroz salteado Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed rice Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 2880/689 GT: 23 GS: 6 HC: 97 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2
13 Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	14 Macarrones (sin gluten) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) Grilled tenderloin with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread (gluten free)	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	17 Sopa de pasta (sin gluten) Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 2961/708 GT: 23 GS: 7 HC: 96 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 2
20 Patatas estofadas Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	21 Pasta (sin gluten) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	22 Arroz salteado Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed rice Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	24 **NO LECTIVO**	VE: 2910/696 GT: 19 GS: 5 HC: 103 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin gluten) salteada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed pasta (without gluten) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)				VE: 2923/699 GT: 20 GS: 6 HC: 120 AZ: 26 PROT: 29 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN GLUTEN,PESCADO, PLV Y TOMATE. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	VE: 3277/784 GT: 27 GS: 7 HC: 103 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 3
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Baked hamburger with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten) Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) Grilled turkey with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (gluten free)	10 Arroz salteado Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed rice Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 2931/701 GT: 24 GS: 6 HC: 99 AZ: 27 PROT: 29 SAL: 2
13 Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	14 Macarrones (sin gluten) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) Grilled tenderloin with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread (gluten free)	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	17 Sopa de pasta (sin gluten) Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3072/735 GT: 25 GS: 7 HC: 99 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 3
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	21 Pasta (sin gluten) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	22 Arroz salteado Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed rice Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	24 **NO LECTIVO**	VE: 2909/696 GT: 20 GS: 5 HC: 102 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin gluten) salteada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Sautéed pasta (without gluten) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)				VE: 2923/699 GT: 20 GS: 6 HC: 120 AZ: 26 PROT: 29 SAL: 2

Intolerantes

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN GLUTEN,LACTOSA. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	VE: 3090/739 GT: 24 GS: 6 HC: 99 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten) con tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (gluten free)	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3043/728 GT: 25 GS: 6 HC: 100 AZ: 28 PROT: 33 SAL: 2
13 Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	14 Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread (gluten free)	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	17 Sopa de pasta (sin gluten) Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3090/739 GT: 25 GS: 6 HC: 101 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 3
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	21 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled yellowfin sole with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	24 **NO LECTIVO**	VE: 2948/705 GT: 21 GS: 5 HC: 101 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin gluten) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Pasta au gratin (gluten free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)				VE: 3274/783 GT: 31 GS: 9 HC: 113 AZ: 29 PROT: 34 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN GLUTEN,FS. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan (sin gluten) Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread (gluten free)	VE: 3152/754 GT: 25 GS: 7 HC: 98 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten) con tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (gluten free)	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3019/722 GT: 26 GS: 7 HC: 96 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
13 Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	14 Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread (gluten free)	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	17 Sopa de pasta (sin gluten) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread (gluten free)	VE: 3104/743 GT: 27 GS: 7 HC: 95 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 3
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	21 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled yellowfin sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (gluten free)	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	24 **NO LECTIVO**	VE: 2919/698 GT: 22 GS: 6 HC: 96 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin gluten) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan (sin gluten) Pasta au gratin (gluten free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (gluten free)				VE: 3157/755 GT: 35 GS: 12 HC: 91 AZ: 14 PROT: 37 SAL: 2

Sin Gluten

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	2 Alubias estofadas con verduras Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan (sin gluten) Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread (gluten free)	VE: 3204/767 GT: 26 GS: 7 HC: 100 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	7 Pasta (sin gluten) con tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread (gluten free)	8 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread (gluten free)	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 3019/722 GT: 26 GS: 7 HC: 96 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
13 Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)	14 Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan (sin gluten) Macaroni (gluten free) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread (gluten free)	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (gluten free)	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)	17 Sopa de pasta (sin gluten) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread (gluten free)	VE: 3104/743 GT: 27 GS: 7 HC: 95 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 3
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	21 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan (sin gluten) Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled yellowfin sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (gluten free)	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	24 **NO LECTIVO**	VE: 2919/698 GT: 22 GS: 6 HC: 96 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin gluten) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan (sin gluten) Pasta au gratin (gluten free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (gluten free)				VE: 3157/755 GT: 35 GS: 12 HC: 91 AZ: 14 PROT: 37 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN FS,CACAHUETE,SOJA. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3291/787 GT: 22 GS: 5 HC: 106 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3058/732 GT: 24 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 29 SAL: 1
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3082/737 GT: 20 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3071/735 GT: 19 GS: 5 HC: 103 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN FS,CACAHUETE. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3291/787 GT: 22 GS: 5 HC: 106 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3058/732 GT: 24 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 29 SAL: 1
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3082/737 GT: 20 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3071/735 GT: 19 GS: 5 HC: 103 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN HUEVO,FS,MOSTAZA, NOCILLA,EMBUTIDOS. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (gluten & egg free) Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3183/762 GT: 22 GS: 5 HC: 102 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2767/662 GT: 19 GS: 4 HC: 91 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lomo a la plancha con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Grilled tenderloin with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 2924/699 GT: 16 GS: 4 HC: 102 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
20 Lentejas estofadas con verduras Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed lentils Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3068/734 GT: 19 GS: 4 HC: 102 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2404/575 GT: 25 GS: 9 HC: 66 AZ: 10 PROT: 31 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN HUEVO,LENTEJAS, GARBANZOS,LACTOSA,FS, GUISANTES Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Lomo a la plancha con arroz salteado Fruta y pan Sautéed minestrone Grilled tenderloin with sautéed rice Fruit and bread	VE: 2845/681 GT: 14 GS: 3 HC: 101 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Homemade hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Fruit and bread	8 Sopa de pasta (sin huevo) Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled turkey with salad Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2536/607 GT: 15 GS: 2 HC: 91 AZ: 29 PROT: 31 SAL: 2
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas caseras con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Homemade meatballs with sautéed rice Fruit and bread	17 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	VE: 3016/722 GT: 15 GS: 3 HC: 111 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 2
20 Patatas estofadas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de pasta (sin huevo) Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled turkey with salad Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2658/636 GT: 14 GS: 2 HC: 97 AZ: 29 PROT: 33 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Homemade hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread				VE: 2521/603 GT: 21 GS: 6 HC: 88 AZ: 25 PROT: 28 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN HUEVO,LENTEJAS, GAMBAS,SESAMO. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3086/738 GT: 20 GS: 5 HC: 100 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2793/668 GT: 20 GS: 4 HC: 92 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3019/722 GT: 17 GS: 4 HC: 105 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
20 Patatas estofadas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2979/713 GT: 19 GS: 4 HC: 99 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2404/575 GT: 25 GS: 9 HC: 66 AZ: 10 PROT: 31 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
HUEVO, LENTEJAS, PESCADO, MARISCO, FS, PLATANO. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (gluten & egg free) Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3148/753 GT: 22 GS: 6 HC: 100 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled turkey with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2800/670 GT: 20 GS: 4 HC: 93 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 1
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Grilled tenderloin with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3044/728 GT: 18 GS: 5 HC: 105 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
20 Patatas estofadas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Grilled turkey with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2816/674 GT: 17 GS: 4 HC: 97 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2404/575 GT: 25 GS: 9 HC: 66 AZ: 10 PROT: 31 SAL: 2

No huevo/ No frutos secos

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Pasta (sin gluten ni huevo) napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (gluten & egg free) Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3183/762 GT: 22 GS: 5 HC: 102 AZ: 25 PROT: 40 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo) con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2793/668 GT: 20 GS: 4 HC: 92 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3007/719 GT: 17 GS: 4 HC: 104 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3073/735 GT: 20 GS: 5 HC: 100 AZ: 25 PROT: 39 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2404/575 GT: 25 GS: 9 HC: 66 AZ: 10 PROT: 31 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN HUEVO,LEGUMBRES. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Sopa de pasta Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Crema de verduras Lomo a la plancha con arroz salteado Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 2859/684 GT: 19 GS: 3 HC: 94 AZ: 29 PROT: 36 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Homemade hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de pasta (sin huevo) Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled turkey with salad Fruit and bread	9 Crema de verduras Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2541/608 GT: 17 GS: 3 HC: 86 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 2
13 Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Sopa de pasta (sin huevo) Albóndigas caseras con arroz salteado Fruta y pan Pasta soup (without egg) Homemade meatballs with sautéed rice Fruit and bread	17 Crema de verduras Lomo a la plancha con patatas panaderas Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 2792/668 GT: 16 GS: 4 HC: 98 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 2
20 Patatas estofadas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Pasta (sin huevo ni queso) napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan pasta (egg & cheese free) Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de pasta (sin huevo) Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup (without egg) Grilled turkey with salad Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2629/629 GT: 15 GS: 3 HC: 92 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Pasta (sin huevo ni queso) gratinada Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Pasta au gratin (egg & cheese free) Homemade hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2404/575 GT: 25 GS: 9 HC: 66 AZ: 10 PROT: 31 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN LACTOSA,COLESTEROL, CHOCOLATE,CHUCHES. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas asadas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Lomo a la plancha con arroz salteado Yogur de soja y pan Sautéed minestrone Grilled tenderloin with sautéed rice Soy yoghurt and bread	VE: 2892/692 GT: 13 GS: 3 HC: 100 AZ: 19 PROT: 43 SAL: 1
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Soy yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con ensalada Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with salad Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2701/646 GT: 17 GS: 4 HC: 93 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur de soja y pan Macaroni with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Soy yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3027/724 GT: 19 GS: 3 HC: 104 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3053/730 GT: 18 GS: 3 HC: 105 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread				VE: 2824/676 GT: 21 GS: 5 HC: 88 AZ: 5 PROT: 37 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN LACTOSA,FS,KIWI. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Yogur de soja y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Soy yoghurt and bread	VE: 3171/759 GT: 21 GS: 4 HC: 100 AZ: 19 PROT: 42 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Soy yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2824/676 GT: 19 GS: 4 HC: 96 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur de soja y pan Macaroni with tomato sauce Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Soy yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Fruta y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 3027/724 GT: 19 GS: 3 HC: 104 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3058/732 GT: 19 GS: 4 HC: 103 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur de soja y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Soy yoghurt and bread				VE: 2824/676 GT: 21 GS: 5 HC: 88 AZ: 5 PROT: 37 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
LEGUMBRES, BERENJENA Y REMOLOCHA, CHORIZO, CHOCOLATE Y PICANTE, MANZANA, PERA, CEREZA, ALBARICOQUE, MELOCOTÓN Y FRUTAS DE PIPA GORDA		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Sopa de pasta Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Crema de verduras Lomo a la plancha con arroz salteado Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 2919/698 GT: 17 GS: 3 HC: 100 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Homemade hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	9 Crema de verduras Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2840/679 GT: 22 GS: 4 HC: 97 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Sopa de pasta Albóndigas caseras con arroz salteado Fruta y pan Pasta soup Homemade meatballs with sautéed rice Fruit and bread	17 Crema de verduras Lomo a la plancha con patatas panaderas Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 2867/686 GT: 18 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2661/637 GT: 14 GS: 3 HC: 96 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Homemade hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
LEGUMBRES, PESCADO, MARISCO, FS, GUISANTE, SOJA, MELON, CIRUELA, MELOCOTON		1 Espaguetis a la napolitana Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Sopa de pasta Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Crema de verduras Lomo a la plancha con arroz salteado Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 2781/665 GT: 15 GS: 3 HC: 97 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Homemade hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Chicken breast with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	9 Crema de verduras Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2633/630 GT: 17 GS: 3 HC: 92 AZ: 24 PROT: 29 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Grilled turkey with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Sopa de pasta Albóndigas caseras con arroz salteado Fruta y pan Pasta soup Homemade meatballs with sautéed rice Fruit and bread	17 Crema de verduras Lomo a la plancha con patatas panaderas Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 2861/684 GT: 18 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2510/601 GT: 12 GS: 2 HC: 93 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Homemade hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
LEGUMBRES, SOJA, APIO, ALBARICOQUE, KIWI, PLATANO, MELOCOTON		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Sopa de pasta Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Pasta soup Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Crema de verduras Lomo a la plancha con arroz salteado Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 2919/698 GT: 17 GS: 3 HC: 100 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Homemade hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	9 Crema de verduras Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2840/679 GT: 22 GS: 4 HC: 97 AZ: 24 PROT: 26 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Sopa de pasta Albóndigas caseras con arroz salteado Fruta y pan Pasta soup Homemade meatballs with sautéed rice Fruit and bread	17 Crema de verduras Lomo a la plancha con patatas panaderas Postre lácteo y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 2867/686 GT: 18 GS: 4 HC: 95 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de pasta Pavo a la plancha con ensalada Fruta y pan Pasta soup Grilled turkey with salad Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2661/637 GT: 14 GS: 3 HC: 96 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 2
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa casera con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Homemade hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Alergias combinadas

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

COLEGIO: ALDOVEA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
SIN FS,LENTEJAS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		1 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3291/787 GT: 22 GS: 5 HC: 106 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Cod delights with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3058/732 GT: 24 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 29 SAL: 1
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3094/740 GT: 20 GS: 4 HC: 102 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
20 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 2977/712 GT: 18 GS: 4 HC: 103 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2

Sin Marisco

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2023

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 Espaguetis a la napolitana Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Napolitan spaghetti Grilled hake with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	2 Alubias estofadas con verduras Pollo a la catalana con patatas fritas Fruta y pan Braised beans with vegetables Catalan style Chicken with french fries Fruit and bread	3 Menestra de verduras salteadas Salchichas frescas al horno con arroz salteado Postre lácteo y pan Sautéed minestrone Baked fresh sausage with sautéed rice Dairy dessert and bread	VE: 3245/776 GT: 21 GS: 5 HC: 106 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 2
6 Crema de calabacín Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Zucchini cream Baked hamburger with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Coditos con salsa de tomate Ventresca de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Grilled hake with lettuce and beets Yoghurt and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Salteado de judías verdes con jamón Lomo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed green beans with ham Grilled tenderloin with french fries Fruit and bread	10 Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 2835/678 GT: 20 GS: 5 HC: 97 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2
13 Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce & olives Fruit and bread	14 Macarrones gratinados Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Macaroni au gratin Baked hake with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	16 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread	17 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Lacón al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Stewed lentils Baked lacón pork with roasted potatoes Dairy dessert and bread	VE: 3082/737 GT: 20 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 2
20 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	21 Espirales a la napolitana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Napolitan spirals Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	22 Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread	23 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	24 **NO LECTIVO**	VE: 3071/735 GT: 19 GS: 5 HC: 103 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 1
27 **NO LECTIVO**	28 Coditos gratinados Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Grilled hamburger with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread				VE: 2873/687 GT: 22 GS: 8 HC: 79 AZ: 26 PROT: 40 SAL: 2