

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2024

EL VEDAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<b>1</b> <b>VACACIONES</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy	<b>2</b> <b>VACACIONES</b> 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit	<b>3</b> <b>VACACIONES</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit	<b>4</b> <b>VACACIONES</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit	<b>5</b> <b>VACACIONES</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit	<b>6</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	<b>7</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
<b>8</b> <b>VACACIONES</b> 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy	<b>9</b> Sopa de estrellas Magro de cerdo al tomillo con patatas dado Fruta de temporada y pan Star pasta soup Lean pork with thyme with diced potatoes Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>10</b> Garbanzos estofados (eco.) Nuggets de pollo con salteado de verduras con tomate Fruta de temporada y pan integral Stewed chickpeas Chicken nuggets with sautéed vegetables with tomato sauce Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	<b>11</b> Tallarines a la napolitana Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Napolitan tagliatelle Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	<b>12</b> Crema toscana de alubias eco. con dados de jamón y romero Pollo asado al limón con patata, cebolla y manzana Fruta de temporada y pan Eco tuscan bean cream with ham dice and rosemary Roasted lemon chicken with potato, onion and apple Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>13</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>14</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3543/848 GT: 23 GS: 4 HC: 112 AZ: 23 PROT: 41 SAL: 2
<b>15</b> Guiso de lentejas con manzana Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan Lentil stew with apple Spanish omelette with courgette with lettuce and sweetcorn salad Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	<b>16</b> Arroz con salsa de tomate (eco.) Salchichas al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce (eco.) Grilled hotdogs with green salad with olives Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>17</b> Crema de calabaza con alubias (eco.) Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta de temporada y pan integral Pumpkin soup with beans (eco.) Baked hake with lettuce and carrot salad Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>18</b> Sopa de picadillo Pollo asado al romero con tomate al horno Fruta de temporada y pan Soup with ham & egg bits Rosemary grilled chicken with baked tomato Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	<b>19</b> Patatas a la americana Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta de temporada y pan American potatoes Meatballs in gravy with diced potatoes Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>20</b> 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>21</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Lácteos	VE: 3234/774 GT: 31 GS: 7 HC: 92 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 2
<b>22</b> Hervido valenciano Fajitas de ternera al curry con arroz con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan Valencia style boiled vegetables Curried beef fajitas with rice with lettuce, tomato and carrot salad Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>23</b> Garbanzos con espinacas (eco.) con huevo duro Pollo asado al romero con salteado de cebolla y champiñones Fruta de temporada y pan Stew with spinach (eco.) with hard-boiled egg Rosemary grilled chicken with onion and mushroom stir fry Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	<b>24</b> Fideuá con verduras Filete de merluza al curry con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta de temporada y pan integral Fideua with vegetables Hake filet in curry with lettuce, carrot and quinoa salad Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	<b>25</b> Lentejas estofadas con verduras (eco.) Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta de temporada y pan Stewed lentils with vegetables (eco.) Baked hamburger with lettuce and carrot salad Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>26</b> Fritura variada con ensalada Arroz al horno Fruta o lácteo y pan Assorted fried fish platter with salad Baked rice Fruit or dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>27</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>28</b> 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	VE: 3132/749 GT: 20 GS: 4 HC: 108 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2
<b>29</b> Paella de verduras (eco.) Filete de merluza a la plancha con parmentier de espinacas Postre lácteo y pan Vegetable paella (eco.) Grilled hake with spinach parmentier Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>30</b> Lentejas (eco.) estofadas con boniato Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan Lentils stew with sweet potato Spanish omelette with lettuce & tomatoes Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta						VE: 3444/824 GT: 26 GS: 4 HC: 112 AZ: 33 PROT: 32 SAL: 2

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

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