

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2024

ENTREOLIVOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
		1 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	2 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Helado y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	3 Patatas estofadas con carne Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	4 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	5 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3093/740 GT: 33 GS: 11 HC: 89 AZ: 27 PROT: 27 SAL: 1
6 Sopa de ave Lomo en salsa con verduritas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	7 Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa verde con guisantes Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	8 Cascote sevillano Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	9 Macarrones al ajillo Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y maíz Helado y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	10 Crema de puerros Huevos revueltos Fruta de temporada y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	11 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	12 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 2715/650 GT: 17 GS: 4 HC: 93 AZ: 21 PROT: 32 SAL: 2
13 Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	14 Salmorejo Hamburguesa al horno con patatas fritas Yogur y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	15 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	16 Crema de verduras Pollo asado con cous cous Helado y pan integral (*) 1º Patatas 2º Huevos con Patatas y Fruta	17 Arroz con salsa de tomate Pescado a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	18 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	19 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3413/817 GT: 32 GS: 8 HC: 103 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 2
20 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Revuelto de jamón york Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	21 Sopa de ave Albóndigas a la jardinera Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	22 Crema de zanahoria Lomo asado al ajillo con patatas al vapor Fruta de temporada y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	23 Arroz tres delicias Pizza Helado y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	24 Coditos a la napolitana Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	25 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	26 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 2969/710 GT: 21 GS: 6 HC: 104 AZ: 21 PROT: 26 SAL: 1
27 Patatas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	28 Crema de calabaza Pollo asado con arroz salteado Yogur y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	29 Alubias guisadas Varitas de merluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	30 CORPUS	31 Salmorejo Estofado de cerdo con patatas dado Fruta de temporada y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos			VE: 3070/734 GT: 26 GS: 5 HC: 91 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES