

MES: Junio 2022

COLEGIO: LOS OLMOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>		<b>1</b> Crema de calabaza Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Pumpkin soup Rosemary grilled chicken with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Patatas y Lácteos)	<b>2</b> Espirales gratinados Filete de merluza al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Helado y pan Spirals au gratin Baked hake with green salad (lettuce, green peppers & olives) Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)	<b>3</b> Paella mixta Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Mixed paella French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	<b>4</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>5</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2816/674 GT: 16 GS: 4 HC: 94 AZ: 31 PROT: 35 SAL: 1
<b>6</b> Salteado de judías verdes Escalope de pollo con patatas fritas Yogur y pan Sauteed green beans Breaded chicken escalope with french fries Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>7</b> Sopa de pescado Croquetas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Fish soup Croquettes with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	<b>8</b> Arroz con pollo Lacón a la gallega Fruta y pan integral Rice with chicken Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	<b>9</b> Vichyssoise Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vichyssoise Battered & fried haddock with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Lácteos)	<b>10</b> Macarrones gratinados Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Helado y pan Macaroni au gratin Ham omelette with lettuce & carrot Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)	<b>11</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>12</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	VE: 3329/796 GT: 36 GS: 7 HC: 123 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 1
<b>13</b> Sopa de picadillo Lomo asado a las finas hierbas con salteado de verduras Helado y pan Soup with ham & egg bits Roasted pork loin with fine herbs with sautéed vegetables Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	<b>14</b> Lentejas a la riojana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rioja style lentils Cod delights with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)	<b>15</b> Códigos gratinados Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral Grilled elbow macaroni Zucchini omelette with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	<b>16</b> Arroz a la milanesa Filete de merluza con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Hake steak with lettuce & olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)	<b>17</b> Crema de zanahoria Albóndigas con jardinera de champiñones con patatas fritas Yogur y pan Carrot cream Meatballs in mushroom gravy with french fries Yoghurt and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>18</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	<b>19</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 3332/797 GT: 30 GS: 7 HC: 97 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2
<b>20</b> Empedrado de alubias Pollo asado con patatas dado Yogur y pan White bean salad Grilled chicken with diced potatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>21</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Tuna omelette with green salad with olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	<b>22</b> Crema de verduras Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral Vegetables cream Andalusian-style hake fillet with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Arroz y Fruta)	<b>23</b> <b>COMIDA ESPECIAL FIN CURSO</b> (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit)	<b>24</b> Macarrones a la napolitana Fritura variada con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Napolitan macaroni Assorted fried fish platter with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)	<b>25</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	<b>26</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 3569/854 GT: 30 GS: 5 HC: 111 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2
<b>27</b> 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit)	<b>28</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit)	<b>29</b> 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit)	<b>30</b> 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy)				VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

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