

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2021

COLEGIO: ENTREOLIVOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
			1 SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)	2 SEMANA SANTA 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta)	3 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	4 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 Lentejas estofadas (patata, zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo, morcilla) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	6 Arroz con pollo Abadejo en salsa de tomate Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	7 Crema de verduras Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	8 Puchero Estofado de pavo a la jardinera Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	9 Espaguetis con salsa de tomate Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	10 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	11 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	VE: 3379/808 GT: 31 GS: 5 HC: 104 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 3
12 Coditos a la carbonara Caella en salsa de tomate con patatas panaderas Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	13 Crema de calabaza Lomo asado con cous cous Fruta de temporada y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	14 Sopa de picadillo Revuelto de bacon Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	15 Alubias estofadas con chorizo Contramuslo de pollo al horno con tomate aliñado Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	16 Arroz tres delicias Perca en adobo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	17 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	18 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2647/633 GT: 13 GS: 3 HC: 92 AZ: 19 PROT: 38 SAL: 2
19 Arroz con salsa de tomate Albóndigas en salsa Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	20 Salmorejo Calamares a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta)	21 FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	22 Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	23 Crema de verduras Chispas de merluza con patatas panaderas Fruta de temporada y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos)	24 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	25 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3209/768 GT: 33 GS: 7 HC: 95 AZ: 19 PROT: 26 SAL: 3
26 Arroz caldoso de verduras Revuelto de jamón york Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	27 Garbanzos estofados Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	28 Sopa de ave Wok de pollo con verduras Fruta de temporada y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	29 Macarrones a la boloñesa Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	30 Crema de zanahoria Estofado de cerdo con tomate con patatas fritas Fruta de temporada y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)			VE: 2887/691 GT: 20 GS: 3 HC: 97 AZ: 18 PROT: 33 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES