

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 FESTIVO	2 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan (sin gluten)	3 Salteado de espinacas con patatas Costillas asadas Postre lácteo y pan (sin gluten)	4 Salteado de guisantes con jamón Bacalao al horno con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	5 Repollo salteado Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2879/689 GT: 24 GS: 5 HC: 84 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
8 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	9 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con guisantes Fruta y pan (sin gluten)	10 Cocido montañés Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan (sin gluten)	11 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan (sin gluten)	12 Crema de zanahoria Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3416/817 GT: 32 GS: 9 HC: 97 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 2
15 Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	16 Verduras salteadas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	17 Crema de calabacín Rape al horno con tomate al horno Postre lácteo y pan (sin gluten)	18 Periñaca Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	19 Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2794/669 GT: 21 GS: 5 HC: 92 AZ: 29 PROT: 39 SAL: 1
22 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan (sin gluten)	23 Garbanzos estofados Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	24 Arroz blanco con salsa de tomate Chuleta de Sajonia con patatas Postre lácteo y pan (sin gluten)	25 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	26 Crema de verduras Medallón de merluza al horno con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3094/740 GT: 23 GS: 4 HC: 109 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 2
29 Repollo salteado Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	30 Guisantes salteados Huevos fritos con patatas Fruta y pan (sin gluten)	31 Pasta (sin gluten ni huevo) con tomate y atún Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan (sin gluten)		Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.	VE: 3087/738 GT: 28 GS: 5 HC: 93 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 3

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 FESTIVO	2 Menestra de verdura salteada con jamón Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral	3 Macarrones con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan	4 Sopa castellana Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral	5 Repollo salteado Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 2826/676 GT: 21 GS: 3 HC: 91 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2
8 Crema de mariscos Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	9 Patatas a la riojana Merluza a la romana Fruta y pan integral	10 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan	11 Puré de verduras Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral	12 Crema de zanahoria Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	VE: 3047/729 GT: 29 GS: 6 HC: 84 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 2
15 Menestra de verduras salteadas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	16 Verduras salteadas Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	17 Crema de calabacín Libritos de jamón y queso con patatas al vapor Postre lácteo y pan	18 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan integral	19 Coliflor salteada Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan	VE: 2804/671 GT: 25 GS: 4 HC: 92 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 1
22 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan	23 Crema de calabacín Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan integral	24 Sopa de pollo con fideos Chuleta de Sajonia con patatas Postre lácteo y pan	25 Salteado campestre Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	26 Crema de verduras Medallón de merluza al horno con pimientos Fruta y pan	VE: 2458/588 GT: 18 GS: 2 HC: 84 AZ: 26 PROT: 29 SAL: 2
29 Repollo salteado Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	30 Crema de zanahoria Escalope de cerdo con patatas Fruta y pan integral	31 Macarrones con boloñesa de atún Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan		Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.	VE: 2992/716 GT: 25 GS: 4 HC: 92 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 FESTIVO	2 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral	3 Macarrones con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	4 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral	5 Lentejas estofadas con verduras Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan	VE: 3188/763 GT: 19 GS: 2 HC: 110 AZ: 28 PROT: 40 SAL: 2
8 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	9 Patatas a la riojana Merluza a la romana con guisantes Fruta y pan integral	10 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan	11 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral	12 Crema de zanahoria Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	VE: 3213/769 GT: 28 GS: 6 HC: 98 AZ: 29 PROT: 34 SAL: 2
15 Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	16 Lentejas estofadas con chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	17 Crema de calabacín Rape al horno con tomate al horno Fruta y pan	18 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan integral	19 Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan	VE: 3082/737 GT: 19 GS: 3 HC: 112 AZ: 28 PROT: 43 SAL: 1
22 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan	23 Garbanzos estofados Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan integral	24 Sopa de pollo con fideos Chuleta de Sajonia con patatas Fruta y pan	25 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	26 Crema de verduras Medallón de merluza al horno con pimientos Fruta y pan	VE: 2751/658 GT: 17 GS: 1 HC: 100 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 2
29 Lentejas estofadas con arroz Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	30 Guisantes salteados Escalope de cerdo con patatas Fruta y pan integral	31 Macarrones con boloñesa de atún Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan		Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.	VE: 3372/807 GT: 23 GS: 3 HC: 115 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 2

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral</p>	<p>3</p> <p>Macarrones con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan</p>	<p>4</p> <p>Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral</p>	<p>5</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan</p>	<p>VE: 3234/774 GT: 21 GS: 3 HC: 109 AZ: 27 PROT: 41 SAL: 2</p>
<p>8</p> <p>Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>9</p> <p>Patatas a la riojana Merluza a la romana con guisantes Fruta y pan integral</p>	<p>10</p> <p>Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan</p>	<p>11</p> <p>Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral</p>	<p>12</p> <p>Crema de zanahoria Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>VE: 3250/778 GT: 29 GS: 6 HC: 97 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>15</p> <p>Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>16</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín Libritos de jamón y queso con patatas al vapor Postre lácteo y pan</p>	<p>18</p> <p>Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan integral</p>	<p>19</p> <p>Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan</p>	<p>VE: 3238/775 GT: 24 GS: 3 HC: 114 AZ: 28 PROT: 42 SAL: 1</p>
<p>22</p> <p>Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan</p>	<p>23</p> <p>Garbanzos estofados Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan integral</p>	<p>24</p> <p>Sopa de pollo con fideos Chuleta de Sajonia con patatas Postre lácteo y pan</p>	<p>25</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>26</p> <p>Crema de verduras Medallón de merluza al horno con pimientos Fruta y pan</p>	<p>VE: 2788/667 GT: 18 GS: 2 HC: 99 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>29</p> <p>Lentejas estofadas con arroz Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>30</p> <p>Guisantes salteados Escalope de cerdo con patatas Fruta y pan integral</p>	<p>31</p> <p>Macarrones con boloñesa de atún Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan</p>		<p>Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.</p>	<p>VE: 3434/822 GT: 25 GS: 3 HC: 114 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 2</p>

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral</p>	<p>3</p> <p>Macarrones con boloñesa de chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan</p>	<p>4</p> <p>Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral</p>	<p>5</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan</p>	<p>VE: 3234/774 GT: 21 GS: 3 HC: 109 AZ: 27 PROT: 41 SAL: 2</p>
<p>8</p> <p>Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>9</p> <p>Patatas a la riojana Merluza a la romana con guisantes Fruta y pan integral</p>	<p>10</p> <p>Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan</p>	<p>11</p> <p>Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral</p>	<p>12</p> <p>Crema de zanahoria Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>VE: 3250/778 GT: 29 GS: 6 HC: 97 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>15</p> <p>Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>16</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín Rape al horno con tomate al horno Postre lácteo y pan</p>	<p>18</p> <p>Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan integral</p>	<p>19</p> <p>Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan</p>	<p>VE: 3119/746 GT: 20 GS: 3 HC: 111 AZ: 28 PROT: 44 SAL: 1</p>
<p>22</p> <p>Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan</p>	<p>23</p> <p>Garbanzos estofados Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan integral</p>	<p>24</p> <p>Sopa de pollo con fideos Chuleta de Sajonia con patatas Postre lácteo y pan</p>	<p>25</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>26</p> <p>Crema de verduras Medallón de merluza al horno con pimientos Fruta y pan</p>	<p>VE: 2788/667 GT: 18 GS: 2 HC: 99 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>29</p> <p>Lentejas estofadas con arroz Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>30</p> <p>Guisantes salteados Escalope de cerdo con patatas Fruta y pan integral</p>	<p>31</p> <p>Macarrones con boloñesa de atún Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan</p>		<p>Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.</p>	<p>VE: 3434/822 GT: 25 GS: 3 HC: 114 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 2</p>

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 FESTIVO	2 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral	3 Macarrones con boloñesa de chorizo Costillas asadas con salsa barbacoa Postre lácteo y pan	4 Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral	5 Lentejas estofadas con verduras Gratén de huevos Fruta y pan	VE: 3316/793 GT: 24 GS: 5 HC: 108 AZ: 28 PROT: 39 SAL: 2
8 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	9 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con guisantes Fruta y pan integral	10 Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan	11 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral	12 Crema de zanahoria Huevos fritos con patatas fritas Fruta y pan	VE: 3292/788 GT: 28 GS: 7 HC: 97 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 2
15 Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	16 Lentejas estofadas con chorizo Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	17 Crema de calabacín Libritos de jamón y queso con patatas al vapor Postre lácteo y pan	18 Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan integral	19 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa Fruta y pan	VE: 2875/688 GT: 17 GS: 2 HC: 111 AZ: 28 PROT: 39 SAL: 1
22 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan	23 Garbanzos estofados Filete de ternera con champiñones Fruta y pan integral	24 Sopa de pollo con fideos Chuleta de Sajonia con patatas Postre lácteo y pan	25 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	26 Crema de verduras Huevos fritos con pimientos Fruta y pan	VE: 2872/687 GT: 22 GS: 3 HC: 97 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 2
29 Lentejas estofadas con arroz Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	30 Guisantes salteados Escalope de cerdo con patatas Fruta y pan integral	31 Macarrones con salsa de tomate Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan		Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.	VE: 3627/868 GT: 32 GS: 6 HC: 111 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 2

MES: Mayo 2023

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1 FESTIVO	2 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan (sin gluten)	3 Salteado de espinacas con patatas Costillas asadas Postre lácteo y pan (sin gluten)	4 Salteado de guisantes con jamón Bacalao al horno con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	5 Repollo salteado Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2879/689 GT: 24 GS: 5 HC: 84 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
8 Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	9 Patatas a la riojana Contramuslo de pollo al horno con guisantes Fruta y pan (sin gluten)	10 Cocido montañés Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan (sin gluten)	11 Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan (sin gluten)	12 Crema de zanahoria Medallón de merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3416/817 GT: 32 GS: 9 HC: 97 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 2
15 Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	16 Verduras salteadas Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	17 Crema de calabacín Rape al horno con tomate al horno Postre lácteo y pan (sin gluten)	18 Periñaca Pollo al chilindrón con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	19 Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan (sin gluten)	VE: 2794/669 GT: 21 GS: 5 HC: 92 AZ: 29 PROT: 39 SAL: 1
22 Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan (sin gluten)	23 Garbanzos estofados Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten)	24 Arroz blanco con salsa de tomate Chuleta de Sajonia con patatas Postre lácteo y pan (sin gluten)	25 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	26 Crema de verduras Medallón de merluza al horno con pimientos Fruta y pan (sin gluten)	VE: 3094/740 GT: 23 GS: 4 HC: 109 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 2
29 Repollo salteado Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	30 Guisantes salteados Huevos fritos con patatas Fruta y pan (sin gluten)	31 Pasta (sin gluten ni huevo) con tomate y atún Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan (sin gluten)		Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Menús supervisados por equipo de nutrición de Aramark.	VE: 3087/738 GT: 28 GS: 5 HC: 93 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 3