

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2024

FOMENTO TORREVELO - PEÑALABRA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo o Verduras salteadas Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate o Pechuga de pollo a la plancha Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>3</p> <p>Crema de calabacín o Arroz con salchichas Libritos de jamón y queso con patatas al vapor o Rape al horno con tomate al horno Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>4</p> <p>Espaguetis a la boloñesa o Perifoneo Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) con pimientos o Lasaña Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>5</p> <p>Alubias estofadas con verduras o Coliflor salteada Bacalao en salsa de pimientos rojos o Huevos rellenos de atún Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>8</p> <p>Porrusalda o Judías verdes con patatas Hamburguesa de ternera con salsa de tomate o Merluza a la romana Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>9</p> <p>Garbanzos estofados o Crema de calabacín Lomo de caella al horno con patatas panaderas o Filete de ternera con champiñones Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>10</p> <p>Sopa de pollo con fideos o Arroz blanco con salsa de tomate Chuleta de Sajonia con patatas al vapor o Pescado a la plancha Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>11</p> <p>Alubias pintas estofadas o Salteado campestre Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate o Alitas de pollo Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>12</p> <p>Crema de puerros o Espirales con salsa de queso Filete de merluza a la plancha con pimientos o Empanadillas de atún con pimientos Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>15</p> <p>Lentejas estofadas con arroz o Repollo salteado Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate o Redondo de pavo con puré de patatas Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>16</p> <p>Guisantes salteados o Crema de zanahoria Escalope de cerdo con patatas fritas o Huevos fritos con patatas fritas Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>17</p> <p>Macarrones con salsa de tomate con atún o Sopa de pescado Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate o Salchichas con ensalada Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>18</p> <p>Crema de verduras o Ensalada César Estofado de pavo con verduras (patata, tomate, zanahoria, guisantes) con patatas dado o Rape al horno con pimientos Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>19</p> <p>Alubias estofadas con verduras o Patatas a la importancia Filete de merluza rebozada con ensalada de lechuga y tomate o Lasaña Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>22</p> <p>Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate) o Brócoli al vapor con patatas Filete de merluza a la plancha o Conejo al ajillo Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>23</p> <p>Potaje de garbanzos o Ensaladilla rusa Libritos de jamón y queso con champiñones o Pechuga de pollo a la plancha con champiñones Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria o Ensalada de pasta Hamburguesa al horno con patatas al vapor o Bacalao al horno con pimientos Postre lácteo o Fruta y pan</p>	<p>25</p> <p>Patatas a la riojana o Pisto con tomate y huevo duro Jamoncitos de pollo al chilindrón o Chuletas de cerdo al horno con ensalada Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>	<p>26</p> <p>Espirales con boloñesa de atún o Espinacas salteadas Albóndigas de merluza y patata en salsa con ensalada de lechuga y tomate o Huevos rotos con patatas con champiñones Fruta o Postre lácteo y pan</p>
<p>29</p> <p>Lentejas estofadas con verduras o Salteado campestre Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y tomate o Filete de perca a la plancha Fruta o Postre lácteo y pan</p>	<p>30</p> <p>Macarrones a la napolitana o Gazpacho Bacalao en salsa verde con guisantes o Chuleta de Sajonia con pimientos Fruta o Postre lácteo y pan integral</p>			<p>Fruta de temporada: naranja, plátano, mandarina, pera, y manzana. Aceite de oliva virgen para aliños y ensaladas. Sal yodada. Pan normal elaborado por proveedor local. Menús supervisados por el equipo de nutrición de Aramark.</p>