

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Abril 2024

FOMENTO TORREVELO - PEÑALABRA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Patatas estofadas con calamares Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>3</p> <p>Garbanzos estofados Pescado fresco con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan</p>	<p>4</p> <p>Sopa de estrellas Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>5</p> <p>Judías verdes salteadas Albóndigas de merluza y pota en salsa con pimientos Fruta y pan</p>	<p>VE: 2556/611 GT: 19 GS: 3 HC: 90 AZ: 27 PROT: 28 SAL: 1</p>
<p>8</p> <p>Puré de verduras (patata, calabacín, zanahoria, cebolla) Jamoncitos de pollo al horno con patatas al vapor Fruta y pan</p>	<p>9</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con champiñones Fruta y pan integral</p>	<p>10</p> <p>Macarrones con boloñesa de chorizo Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan</p>	<p>11</p> <p>Salteado de guisantes con jamón Escalope de cerdo con patatas al vapor Fruta y pan integral</p>	<p>12</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta y pan</p>	<p>VE: 3097/741 GT: 19 GS: 2 HC: 105 AZ: 27 PROT: 41 SAL: 2</p>
<p>15</p> <p>Arroz tres delicias Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>16</p> <p>Patatas a la riojana Filete de merluza a la romana con guisantes Fruta y pan integral</p>	<p>17</p> <p>Sopa de estrellas Albóndigas en salsa con patatas dado Postre lácteo y pan</p>	<p>18</p> <p>Potaje de garbanzos Estofado de ternera a la jardinera Fruta y pan integral</p>	<p>19</p> <p>Crema de zanahoria Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>VE: 3207/767 GT: 27 GS: 6 HC: 97 AZ: 29 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>22</p> <p>Guisantes salteados Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>23</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>24</p> <p>Crema de calabacín Libritos de jamón y queso con patatas al vapor Postre lácteo y pan</p>	<p>25</p> <p>Espaguetis a la boloñesa Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan integral</p>	<p>26</p> <p>Alubias estofadas con verduras Bacalao en salsa de pimientos rojos Fruta y pan</p>	<p>VE: 3251/778 GT: 25 GS: 3 HC: 112 AZ: 27 PROT: 42 SAL: 1</p>
<p>29</p> <p>Porrusalda Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta y pan</p>	<p>30</p> <p>Garbanzos estofados Lomo de caella al horno con patatas panaderas Fruta 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>	<p>VE: 2743/656 GT: 12 GS: 2 HC: 110 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 1</p>