

MES: Mayo 2023

SANTA M^a DEL CARMEN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1	2	3 Arroz a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan Napolitan rice French omelette with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread	4 Macarrones gratinados Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Macaroni au gratin Hake fillet in carrot sauce with green salad with olives Yoghurt and bread	5 Sopa de cocido Garbanzos estofados con verduras Fruta y pan "Cocido" soup Stewed chickpeas with vegetables Fruit and bread	VE: 3104/743 GT: 16 GS: 3 HC: 107 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2
8 Crema de calabacín Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Zucchini cream Cod delights with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	9 Alubias estofadas (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Pavo a la plancha con patatas al vapor Yogur y pan Stewed beans with vegetables Grilled turkey with steamed potatoes Yoghurt and bread	10 Arroz con pollo Ventresca de merluza a la griega con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan Rice with chicken Greek style hake with green salad with pepper and olives Fruit and bread	11 Coditos con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce French omelette with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	12 Lentejas estofadas con verduras Pollo asado al romero con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Stewed lentils Rosemary grilled chicken with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	VE: 3021/723 GT: 19 GS: 3 HC: 102 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 1
15 Vichyssoise Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Vichyssoise Baked chicken with green salad with olives Fruit and bread	16 Coditos gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Grilled elbow macaroni Andalusian style haddock with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread	17 Alubias pintas estofadas Ragout de pavo con zanahoria al vapor Fruta y pan Stewed pinto beans Turkey stew with steamed carrots Fruit and bread	18 JJGG MURCIANA Arroz caldero del Mar Menor Zarangollo Postre especial y pan Caldero rice from the Mar Menor Zarangollo Special desserts and bread	19 Judías verdes con tomate Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan Green beans with tomatoe Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2894/692 GT: 16 GS: 5 HC: 94 AZ: 28 PROT: 41 SAL: 1
22 Crema de verduras con picatostes Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Vegetables cream with croutons Andalusian style sole with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	23 Sopa de cocido Garbanzos estofados con verduras Yogur y pan "Cocido" soup Stewed chickpeas with vegetables Yoghurt and bread	24 Macarrones a la napolitana Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Napolitan macaroni Baked hake with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread	25 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con patatas dado asadas con ajo y romero Yogur y pan Stewed lentils Cheese omelette with roasted diced potatoes with garlic and rosemary Yoghurt and bread	26 Arroz con salsa de tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	VE: 3093/740 GT: 19 GS: 4 HC: 105 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 1
29 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) Tortilla francesa con salteado de verduras Fruta y pan Stewed lentils French omelette with sautéed vegetables Fruit and bread	30 Arroz a la napolitana Abadejo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Napolitan rice Baked haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread	31 Crema de zanahoria y calabaza Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Cream of carrot & butternut squash Breaded chicken breast with lettuce & tomatoes Fruit and bread		Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 2729/653 GT: 16 GS: 3 HC: 99 AZ: 21 PROT: 31 SAL: 1