

MES: Mayo 2023



SANTA Mª DEL CARMEN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1	2	3 Arroz a la napolitana Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Ham omelette with lettuce, carrot and quinoa salad Fruit and bread (gluten free)	4 Pasta (sin gluten) con tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with green salad with olives Yoghurt and bread (gluten free)	5 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)	VE: 3338/799 GT: 27 GS: 7 HC: 103 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 2
8 Crema de calabacín Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Zucchini cream French omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)	9 Alubias estofadas (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Lacón a la gallega Yogur y pan (sin gluten) Stewed beans with vegetables Lacón pork shoulder with potatoes Yoghurt and bread (gluten free)	10 Arroz con pollo Ventresca de merluza a la griega con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Rice with chicken Greek style hake with green salad with pepper and olives Fruit and bread (gluten free)	11 Pasta (sin gluten) con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce French omelette with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread (gluten free)	12 Sopa de verduras con arroz Pollo asado al romero con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Vegetable rice soup Rosemary grilled chicken with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	VE: 2904/695 GT: 23 GS: 6 HC: 89 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2
15 Vichyssoise Lomo adobado con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Vichyssoise Marinated tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)	16 Pasta (sin gluten) con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce French omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (gluten free)	17 Alubias pintas estofadas Hamburguesa al horno con zanahoria al vapor Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Baked hamburger with steamed carrots Fruit and bread (gluten free)	18 JJGG MURCIANA Arroz con verduras Zarangollo Postre especial y pan (sin gluten) Rice with vegetables Zarangollo Special desserts and bread (gluten free)	19 Judías verdes con tomate Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten) Green beans with tomatoe Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread (gluten free)	VE: 3013/721 GT: 24 GS: 7 HC: 97 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
22 Crema de verduras Magro en salsa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Lean pork in sauce with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (gluten free)	23 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Yogur y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (gluten free)	24 Coditos (sin gluten) napolitana Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Napolitan style elbow macaroni (gluten free) Baked hake with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (gluten free)	25 Brócoli al vapor con patatas Tortilla francesa de queso con patatas dado asadas con ajo y romero Yogur y pan (sin gluten) Steamed broccoli with potatoes Cheese omelette with roasted diced potatoes with garlic and rosemary Yoghurt and bread (gluten free)	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: 2913/697 GT: 23 GS: 6 HC: 92 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 1
29 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Meatballs with vegetables with sautéed vegetables Fruit and bread (gluten free)	30 Arroz a la napolitana Abadejo al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan (sin gluten) Napolitan rice Baked haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread (gluten free)	31 Crema de zanahoria y calabaza Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Cream of carrot & butternut squash Baked chicken with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)		Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 2665/638 GT: 23 GS: 7 HC: 85 AZ: 22 PROT: 30 SAL: 2