



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Tienen a su disposición la información de los alérgenos en [elgustodecrecer@aramark.es](mailto:elgustodecrecer@aramark.es) LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.

1

FESTIVO

2

FESTIVO

3

FESTIVO

6

NO LECTIVO

7

Arroz a la napolitana  
- Pollo asado con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Yogur y pan integral  
Napolitan rice  
Roast chicken with lettuce, carrot & sweetcorn  
Yoghurt and wholemeal bread

VE:2.978/712 GT:24 GS:6 HC:96 AZ:13 PROT:31 SAL:2

8

Crema de zanahoria y calabaza con picatostes  
**Veggie albóndigas con tomate con patatas campesinas**  
Fruta (eco.) y pan  
Cream of carrot & butternut squash with croutons  
**Veggie meatballs with tomato with peasant potatoes**  
Fruit and bread

VE:3.267/782 GT:32 GS:2 HC:100 AZ:28 PROT:22 SAL:3

9

Macarrones (sin huevo) con chorizo  
Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta y pan integral  
Macaroni (without egg) with chorizo sausage  
Salmon in orange juice with green salad with olives  
Fruit and wholemeal bread

VE:3.654/874 GT:23 GS:3 HC:118 AZ:26 PROT:51 SAL:3

10

Guiso de lentejas al toque de manzana  
Ragout de pavo con ensalada de lechuga y tomate  
Fruta y pan  
Lentil stew with apple  
Turkey stew with lettuce & tomatoes  
Fruit and bread

VE:3.107/743 GT:21 GS:4 HC:102 AZ:29 PROT:39 SAL:1

13

Paella mixta  
Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta y pan  
Mixed paella  
Battered & fried yellowfin sole with lettuce and beets  
Fruit and bread

VE:3.871/926 GT:29 GS:5 HC:125 AZ:25 PROT:43 SAL:1

14

Alubias estofadas con verduras  
Magro de cerdo al tomillo con ensalada de lechuga y maíz  
Yogur y pan integral  
Braised beans with vegetables  
Lean pork with thyme with lettuce and sweetcorn salad  
Yoghurt and wholemeal bread

VE:3.180/761 GT:20 GS:5 HC:91 AZ:14 PROT:59 SAL:3

15

Macarrones (sin huevo) boloñesa  
Filete de merluza a la griega con guisantes salteados  
Fruta y pan  
Macaroni in bolognese sauce (without egg)  
Hake fillet greek style with sautéed peas  
Fruit and bread

VE:3.055/731 GT:22 GS:4 HC:99 AZ:28 PROT:33 SAL:1

16

Crema de puerros con zanahoria y calabacín  
**Burrito vegano con - ensalada de lechuga y maíz**  
Fruta y pan integral  
Cream of leek with carrot & zucchini squash  
**Textured soy burrito with - ensalada de lechuga y maíz**  
Fruit and wholemeal bread

VE:4.135/989 GT:17 GS:3 HC:145 AZ:43 PROT:41 SAL:2

17

- Sopa de pasta (sin huevo)  
Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas  
Fruta y pan  
Pasta soup (no egg)  
Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes  
Fruit and bread

VE:2.694/644 GT:14 GS:3 HC:90 AZ:26 PROT:41 SAL:1

20

Crema de zanahoria (eco.)  
Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz  
Fruta y pan  
Carrot cream  
Roasted pork loin with fine herbs with lettuce and sweetcorn salad  
Fruit and bread

VE:2.638/631 GT:18 GS:4 HC:83 AZ:31 PROT:30 SAL:2

21

Sopa de cocido con pasta (sin huevo)  
Cocido completo con ensalada de lechuga y tomate  
Yogur y pan integral  
"Cocido" soup with pasta (without egg)  
Full course "cocido" stew with lettuce & tomatoes  
Yoghurt and wholemeal bread

VE:3.543/848 GT:35 GS:11 HC:95 AZ:21 PROT:42 SAL:2

22

- Arroz con tomate  
Abadejo a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)  
Fruta y pan  
- Arroz con tomate  
Andalusian style haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives)  
Fruit and bread

VE:2.859/684 GT:13 GS:2 HC:116 AZ:26 PROT:34 SAL:1

23

**DIA DE CERVANTES**  
Lentejas estofadas al estilo del Quijote  
Magro de cerdo al tomillo con patatas panaderas  
Fruta y pan integral  
Stewed lentils Don Quixote style  
Lean pork with thyme with roasted potatoes  
Fruit and wholemeal bread

VE:3.281/785 GT:14 GS:2 HC:109 AZ:28 PROT:57 SAL:3

24

Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas  
**Pasta (sin huevo) con boloñesa de soja**  
Fruta y pan  
Sautéed green beans, carrots, peas & potatoes  
**Pasta (without egg) with say bolognese**  
Fruit and bread

VE:3.298/789 GT:20 GS:2 HC:126 AZ:41 PROT:28 SAL:1

27

Lentejas estofadas con verduras  
Ragout de pavo con patatas fritas  
Fruta y pan  
Stewed lentils  
Turkey stew with french fries  
Fruit and bread

VE:4.219/1.009 GT:36 GS:6 HC:133 AZ:29 PROT:42 SAL:1

28

Macarrones (sin huevo) con salsa pomodoro  
Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur y pan integral  
Macaroni (without egg) with pomodoro sauce  
Biscayne style hake with lettuce, carrot & olives  
Yoghurt and wholemeal bread

VE:3.303/790 GT:25 GS:5 HC:105 AZ:11 PROT:41 SAL:3

29

Crema de calabaza (eco.)  
**Garbanzos estofados con quinoa y verduras con soja**  
Fruta (eco.) y pan  
Pumpkin soup (eco.)  
**Stewed chickpeas with quinoa and vegetables with soy**  
Fruit and bread

VE:3.189/763 GT:15 GS:2 HC:127 AZ:27 PROT:34 SAL:3

30

- Sopa de pasta (sin huevo)  
Pollo al horno con ensalada de lechuga y pimiento  
Fruta y pan integral  
Pasta soup (no egg)  
Pollo al horno with lettuce and pepper salad  
Fruit and wholemeal bread

VE:2.255/539 GT:17 GS:3 HC:77 AZ:26 PROT:24 SAL:3