

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2024

LEON FELIPE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es					1 1º Verdura 2º Patatas y Lácteos Huevos con 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	2 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arroz a banda Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan "A banda" rice Scrambled eggs with ham with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	4 Sopa de cocido Cocido completo Fruta (eco.) y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	5 Coditos a la boloñesa Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Elbow bolognese style Andalusian style sole with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	6 Lentejas (eco) estofadas con verduras Magro al ajillo con arroz salteado al ajillo Fruta y pan Stewed organic lentils with vegetables Lean in garlic with sautéed rice in garlic Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	7 Crema de puerros Salchichas de pavo con patatas fritas Fruta y pan Cream of leek Turkey hotdogs with french fries Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	8 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	9 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 3215/769 GT: 24 GS: 6 HC: 104 AZ: 23 PROT: 35 SAL: 2
10 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y remolacha Helado y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce and beets Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	11 Coliflor salteada Fajitas de pollo al curry con arroz Fruta (eco.) y pan integral Sautéed cauliflower Curried chicken fajitas with rice Fruit and wholemeal bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	12 Alubias estofadas con verduras Albóndigas de ternera con jardinera de champiñones Fruta y pan Braised beans with vegetables Beef meatballs in mushroom gravy Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	13 Sopa de picadillo Merluza en adobo con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral Soup with ham & egg bits Hake in marinade with lettuce & olives Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	14 Arroz hortelano con legumbres Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz Fruta y pan Garden rice with legums Cheese omelette with lettuce, carrot (eco.) and corn salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	15 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	16 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	VE: 3204/766 GT: 31 GS: 5 HC: 99 AZ: 27 PROT: 70 SAL: 2
17 Crema de verduras Lomo al ajillo con patatas dado Yogur y pan Vegetables cream Tenderloin with garlic with diced potatoes Yoghurt and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	18 Arroz a la napolitana Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Napolitan rice Tuna omelette with green salad with olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	19 Salteado de judías verdes con tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral Sautéed green beans with tomato Grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Fruta	20 Lentejas a la riojana Fritura variada con zanahorias salteadas Fruta y pan Rioja style lentils Assorted fried fish platter with sautéed carrots Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	21 COMIDA ESPECIAL (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy	22 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	23 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3189/763 GT: 29 GS: 6 HC: 94 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 1
24 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	25 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit	26 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (* 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit	27 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	28 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit	29 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	30 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses