

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

“En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alérgenos en el teléfono 955776989 y en elgustodecrecer@aramark.es”

1 Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y aceituna
Coditos (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, dorada, cebolla, zanahoria)
Fruta de temporada y **pan integral (eco.)**
VE:2.013/482 GT:21 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:13 SAL:0

2 Sopa de ave con pasta (eco.) (cebolla, zanahoria, patata, pollo)
Merluza guisada en salsa verde con patata, cebolla, espinaca y guisante
Yogur y **pan (eco.)**
VE:1.959/469 GT:15 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:21 SAL:0

3 Arroz cocido (eco) con salsa de tomate
Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:2.096/501 GT:19 GS:0 HC:68 AZ:0 PROT:14 SAL:0

4 Crema de hortalizas eco. (patata, calabacín, zanahoria, judía verde, guisante)
Hamburguesa de pollo en salsa (patata, tomate, cebolla, especias)
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:1.976/473 GT:19 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:20 SAL:0

7 Arroz a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones)
Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y maíz
Yogur y **pan (eco.)**
VE:2.232/534 GT:20 GS:0 HC:72 AZ:0 PROT:16 SAL:0

8 **Espirales (eco.)** con salsa de tomate y cebolla
Abadejo a la roteña (zanahoria, pimiento, cebolla, tomate)
Fruta de temporada y **pan integral (eco.)**
VE:1.833/438 GT:13 GS:0 HC:59 AZ:0 PROT:20 SAL:0

9 Puchero de garbanzos con arroz, patata, judía verde, cebolla, zanahoria y calabaza
Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:2.167/518 GT:20 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:18 SAL:0

10 Ensalada de lechuga, tomate, aceituna y remolacha
Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla)
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:2.032/486 GT:20 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:14 SAL:0

11 Crema de patata con verduras (eco.) (zanahoria, calabacín, brócoli)
Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate)
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:1.745/417 GT:13 GS:0 HC:57 AZ:0 PROT:18 SAL:0

14
SEMANA SANTA

15
SEMANA SANTA

16
SEMANA SANTA

17
SEMANA SANTA

18
SEMANA SANTA

21 Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz
Patatas en amarillo con atún (patata, atún, pimiento, cebolla, tomate)
Yogur y **pan (eco.)**
VE:1.833/439 GT:18 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:16 SAL:0

22 **Lentejas estofadas con arroz (eco)** (zanahoria, cebolla, tomate, patata)
Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Fruta de temporada y **pan integral (eco.)**
VE:1.831/438 GT:17 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:18 SAL:0

23 **Arroz con verduras (eco)** (judía verde, pimiento, tomate, guisante)
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y remolacha
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:2.119/507 GT:20 GS:0 HC:66 AZ:0 PROT:14 SAL:0

24 Fideua a la hortelana (tomate, pimiento, cebolla, zanahoria, guisantes)
Merluza con zanahoria y patata al horno
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:2.157/516 GT:16 GS:0 HC:71 AZ:0 PROT:20 SAL:0

25 Crema de patata y calabacín (eco)
Estofado de cerdo con patata y tomate
Fruta de temporada y **pan (eco.)**
VE:1.865/446 GT:17 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:18 SAL:0

28

29

30