

MES: Noviembre 2025

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>"En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alergenos en el teléfono 955776989 y en elgustodecrecer@aramark.es" ;;;;;;</p>				
<p>3 Crema de patata con verduras (eco.) (zanahoria, calabacín, brócoli) Estofado de cerdo con patata y tomate Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.964/470 GT:19 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:18 SAL:0</small></p>	<p>4 Macarrones (eco.) con salsa de tomate y cebolla Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan integral (eco.) <small>VE:2.234/534 GT:21 GS:0 HC:65 AZ:0 PROT:20 SAL:0</small></p>	<p>5 Arroz caldoso con verduras (eco.) (brócoli, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria) Abadejo a la hortelana (patata, zanahoria, tomate, pimiento) Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.122/508 GT:16 GS:0 HC:71 AZ:0 PROT:19 SAL:0</small></p>	<p>6 Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Tortilla francesa con atún al horno con ensalada de lechuga, tomate y espárragos Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.884/451 GT:19 GS:0 HC:49 AZ:0 PROT:20 SAL:0</small></p>	<p>7 Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceituna Coditos (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, dorada, cebolla, zanahoria) Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.078/497 GT:21 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:14 SAL:0</small></p>
<p>10 Fideua a la hortelana (tomate, pimiento, cebolla, zanahoria, guisantes) Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.156/516 GT:20 GS:0 HC:68 AZ:0 PROT:15 SAL:0</small></p>	<p>11 Guiso de alubias a la jardinera (eco.) (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz) Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan integral (eco.) <small>VE:1.847/442 GT:18 GS:0 HC:49 AZ:0 PROT:18 SAL:0</small></p>	<p>12 Arroz cocido (eco) con salsa de tomate Merluza con zanahoria y patata al horno Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.039/488 GT:14 GS:0 HC:71 AZ:0 PROT:16 SAL:0</small></p>	<p>13 Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz Cazuela de patatas guisadas con caballa (tomate, pimiento, cebolla, ajo) Yogur y pan (eco.) <small>VE:1.964/470 GT:20 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:16 SAL:0</small></p>	<p>14 Crema de hortalizas eco. (patata, calabacín, zanahoria, judía verde, guisante) Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate) Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.873/448 GT:16 GS:0 HC:57 AZ:0 PROT:19 SAL:0</small></p>
<p>17 Sopa de ave con pasta (eco.) (cebolla, zanahoria, patata, pollo) Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.136/511 GT:22 GS:0 HC:60 AZ:0 PROT:17 SAL:0</small></p>	<p>18 Ensalada de lechuga, tomate, aceituna y remolacha Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Yogur y pan integral (eco.) <small>VE:2.194/525 GT:23 GS:0 HC:63 AZ:0 PROT:16 SAL:0</small></p>	<p>19 Pisto con tomate y atún Pollo asado provenzal con patatas asadas (eco.) Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.717/411 GT:17 GS:0 HC:43 AZ:0 PROT:21 SAL:0</small></p>	<p>20 Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y espárragos Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.719/411 GT:16 GS:0 HC:48 AZ:0 PROT:18 SAL:0</small></p>	<p>21 Arroz con verduras (eco) (judía verde, pimiento, tomate, guisante) Abadejo horneado a la bilbaína (tomate, pimiento, ajo) Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.162/517 GT:16 GS:0 HC:73 AZ:0 PROT:19 SAL:0</small></p>
<p>24 Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz, pimiento y aceituna Arroz meloso de carrillera y magro de cerdo Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.158/516 GT:21 GS:0 HC:67 AZ:0 PROT:14 SAL:0</small></p>	<p>25 Crema de patata y calabacín (eco) Hamburguesa de pollo en salsa (patata, tomate, cebolla, especias) Yogur y pan integral (eco.) <small>VE:1.875/448 GT:17 GS:0 HC:52 AZ:0 PROT:21 SAL:0</small></p>	<p>26 Potaje de garbanzos con espinacas (eco.) (zanahoria, patata, cebolla, arroz) Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.944/465 GT:21 GS:0 HC:51 AZ:0 PROT:18 SAL:0</small></p>	<p>27 Macarrones (eco.) con salsa de tomate y cebolla Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:1.878/449 GT:17 GS:0 HC:58 AZ:0 PROT:14 SAL:0</small></p>	<p>28 Cazuela de fideos con verduras (pimiento, cebolla, zanahoria, tomate) Merluza a la hortelana (patata, zanahoria, pimiento, tomate, judía verde) Fruta de temporada y pan (eco.) <small>VE:2.974/712 GT:12 GS:0 HC:113 AZ:22 PROT:38 SAL:2</small></p>