

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 2019

COLEGIO: DISCIPULAS DE JESUS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
2 VACACIONES 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	3 VACACIONES 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit	4 VACACIONES 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit	5 VACACIONES 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit	6 VACACIONES 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy	7 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	8 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9 Crema de verduras Albóndigas en salsa con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Meatballs in gravy with french fries Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	10 Lentejas a la riojana Abadejo con pisto Yogur y pan Rioja style lentils Haddock with ratatouille Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	11 Arroz con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with vegetables Omelette with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	12 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	13 Espaguetis gratinados Jamoncitos de pollo al chilindrón Fruta y pan Spaghetti au gratin Chicken drumsticks in "chilindron" gravy Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	14 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	15 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2638/631 GT: 22 GS: 6 HC: 76 AZ: 17 PROT: 35 SAL: 2
16 Arroz a la napolitana Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Napolitan rice Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	17 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	18 Macarrones a la boloñesa Pechuga de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Macaroni bolognese Chicken breast in garlic sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	19 Alubias estofadas con verduras Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Beans with vegetables Codfish croquettes with lettuce & sweetcorn Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	20 Judías verdes con patatas Tortilla paisana Fruta y pan Green beans with potatoes Mixed meat omelette Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	21 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	22 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 2658/636 GT: 22 GS: 4 HC: 78 AZ: 16 PROT: 33 SAL: 2
23 Coditos gratinados Abadejo en salsa verde Fruta y pan Grilled elbow macaroni Haddock in green sauce Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	24 Lentejas a la riojana Estofado de ternera con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Rioja style lentils Beef stew with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	25 Crema de verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Grilled chicken with french fries Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	26 Garbanzos estofados con arroz y huevo duro Rape a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Chickpeas with rice & egg Battered & fried monkfish with lettuce & carrot Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 Arroz tres delicias Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Chinese fried rice Scrambled eggs with chorizo Sausage with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	28 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	29 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2726/652 GT: 25 GS: 5 HC: 73 AZ: 18 PROT: 38 SAL: 2
30 Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Vegetables cream Spanish potato omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos							VE: 2370/567 GT: 21 GS: 0 HC: 82 AZ: 21 PROT: 15 SAL: 3

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES