

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2025

DISCIPULAS DE JESUS

| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Martes                                                                                                                                                                                                                                                                         | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                        | Viernes                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Sábado                                                                                                                                              | Domingo                                                                                                                                               | Valoración                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>1</b><br><b>FIESTA LABORABLE</b><br>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta<br>1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit<br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta<br>(*) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit                                            | <b>2</b><br><b>DIA NO LECTIVO</b><br>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta<br>(*) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit                                                                          | <b>3</b><br>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit<br>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos       | <b>4</b><br>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos<br>1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy<br>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta  | VE: 0/0<br>GT: 0<br>GS: 0<br>HC: 0<br>AZ: 0<br>PROT: 0<br>SAL: 0           |
| <b>5</b><br>Macarrones con salsa de tomate con queso rallado<br>- Jamoncitos de pollo asado con patatas fritas<br>Fruta y pan<br>Macaroni with tomato sauce with grated cheese<br>- Jamoncitos de pollo asado with french fries<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos | <b>6</b><br>Lentejas estofadas con verduras<br>Rabas de calamar con ensalada de lechuga y tomate<br>Yogur y pan<br>Stewed lentils<br>Squid strips with lettuce & tomatoes<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta                                    | <b>7</b><br>Judías verdes con patatas<br>Lomo al ajillo con - ensalada de lechuga<br>Fruta y pan<br>Green beans with potatoes<br>Tenderloin with garlic with - ensalada de lechuga<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Pasta 2º Huevos con Legumbres y Fruta                          | <b>8</b><br>Garbanzos estofados<br>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Yogur y pan<br>Stewed chickpeas<br>Spanish omelette with lettuce & carrot<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta                                   | <b>9</b><br>Arroz con salsa de tomate<br>- Filete de merluza al horno con - ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>Rice with tomato sauce<br>- Filete de merluza al horno with - ensalada de lechuga y maíz<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos                  | <b>10</b><br>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta<br>1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit<br>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos   | <b>11</b><br>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy<br>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta      | VE: 3478/832<br>GT: 31<br>GS: 5<br>HC: 107<br>AZ: 24<br>PROT: 33<br>SAL: 1 |
| <b>12</b><br>Crema de verduras<br>Albóndigas a la jardinera con patatas fritas<br>Fruta y pan<br>Vegetables cream<br>Meatballs with vegetables with french fries<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos                                                                  | <b>13</b><br>Alubias estofadas con verduras<br>Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y maíz<br>Yogur y pan<br>Braised beans with vegetables<br>Galician style haddock with lettuce and sweetcorn salad<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta | <b>14</b><br>Patatas a la riojana<br>Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan<br>Riojana style potatoes<br>Scrambled eggs with ham with lettuce & tomatoes<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta                     | <b>15</b><br>Sopa de cocido<br>Cocido completo<br>- Yogur y pan<br>"Cocido" soup<br>Full course "cocido" stew<br>- Yogur and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta                                                                                            | <b>16</b><br>Coditos con salsa de tomate<br>Varitas de pescado con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan<br>Elbow macaroni with tomato sauce<br>Fish sticks with lettuce & carrot<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos                                       | <b>17</b><br>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta<br>1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit<br>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos       | <b>18</b><br>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta<br>1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit<br>1º Arroz 2º Pescado con Arroz y Lácteos | VE: 3372/807<br>GT: 33<br>GS: 7<br>HC: 97<br>AZ: 23<br>PROT: 33<br>SAL: 2  |
| <b>19</b><br>- Judías verdes salteadas<br>Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta y pan<br>- Judías verdes salteadas<br>Kassler with green salad with olives<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Fruta                                                | <b>20</b><br>Espirales con tomate<br>Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate<br>Yogur y pan<br>Spirals with tomato sauce<br>Cod delights with lettuce & tomatoes<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta                            | <b>21</b><br>Garbanzos estofados con verduras<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>Chickpeas stewed with vegetables<br>French omelette with lettuce and sweetcorn salad<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos | <b>22</b><br>- Patatas estofadas con chorizo<br>Jamoncitos de pollo asados con - ensalada de lechuga<br>Yogur y pan<br>- Patatas estofadas con chorizo<br>Grilled chicken thigh with - ensalada de lechuga<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta | <b>23</b><br>Lentejas estofadas con verduras<br>Ventresca de merluza a la andaluza con patatas fritas<br>Fruta y pan<br>Stewed lentils<br>Andalusian style hake with french fries<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta                                                    | <b>24</b><br>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta<br>1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit<br>1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos | <b>25</b><br>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos<br>1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy<br>1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos            | VE: 3275/784<br>GT: 27<br>GS: 4<br>HC: 98<br>AZ: 23<br>PROT: 37<br>SAL: 1  |
| <b>26</b><br>Arroz a la cubana<br>Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan<br>Cuban style rice<br>Chicken drumsticks in garlic sauce with lettuce & tomatoes<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta                                 | <b>27</b><br>Alubias pintas estofadas<br>Rabas de calamar con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Yogur y pan<br>Stewed pinto beans<br>Squid strips with green salad with olives<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta                              | <b>28</b><br>Crema de calabacín<br>- Tortilla francesa con queso con patatas fritas<br>Fruta y pan<br>Zucchini cream<br>- Tortilla francesa con queso with french fries<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos                                      | <b>29</b><br>Sopa de cocido<br>Cocido completo<br>Yogur y pan<br>"Cocido" soup<br>Full course "cocido" stew<br>Yoghurt and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta                                                                                              | <b>30</b><br>Macarrones con salsa de tomate<br>Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>Macaroni with tomato sauce<br>Hake fillet in carrot sauce with lettuce and sweetcorn salad<br>Fruit and bread<br>(*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta | <b>31</b><br>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos<br>1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy<br>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta  |                                                                                                                                                       | VE: 3455/827<br>GT: 31<br>GS: 7<br>HC: 98<br>AZ: 23<br>PROT: 40<br>SAL: 2  |

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

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)