

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Junio 2025

DISCIPULAS DE JESUS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
2 - Judías con patatas Revuelto de queso con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan - <i>Judías con patatas</i> Scrambled eggs with cheese with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	3 Lentejas estofadas con verduras Pollo al chilindrón con patatas fritas Yogur y pan Stewed lentils Chicken in "chilindron" gravy with french fries Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	4 Patatas estofadas con magro - Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Pork & potato stew - <i>Filete de merluza al horno</i> with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	5 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	6 Espaguetis con salsa de tomate con queso rallado Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce with grated cheese Andalusian style sole with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	7 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	8 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	VE: 2954/707 GT: 21 GS: 5 HC: 100 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1
9 Crema de calabacín Ventresca de merluza con refrito de ajo y balsámico con - ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Zucchini cream Hake with fried garlic and balsamic with - <i>ensalada de lechuga y tomate</i> Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta	10 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Stewed pinto beans Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	11 Macarrones con salsa de tomate Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Grilled hamburger with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	12 Lentejas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas Yogur y pan Stewed lentils Grilled chicken thigh with french fries Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	13 Arroz a la cubana Rabas de calamar con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Cuban style rice Squid strips with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	14 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	15 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 3565/853 GT: 33 GS: 6 HC: 104 AZ: 23 PROT: 40 SAL: 2
16 Coditos a la napolitana Salchichas frescas con - ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Sausages with - <i>ensalada de lechuga y tomate</i> Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	17 Alubias estofadas con verduras Delicias de bacalao con patatas fritas Yogur y pan Braised beans with vegetables Cod delights with french fries Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	18 Patatas estofadas con magro Tortilla francesa de pavo con - ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pork & potato stew Turkey omelette with - <i>ensalada de lechuga y maíz</i> Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	19 Sopa de cocido Cocido completo con - ensalada de lechuga Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew with - <i>ensalada de lechuga</i> Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	20 Crema de verduras Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta Vegetables cream Grilled yellowfin sole with green salad with olives Fruit (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos	21 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	22 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 3297/789 GT: 32 GS: 7 HC: 92 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 1
23 Macarrones con salsa de tomate con queso rallado Pizza Helado y pan Macaroni with tomato sauce with grated cheese Pizza Ice cream and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	24 VACACIONES ESCOLARES 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit	25 VACACIONES ESCOLARES 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	26 VACACIONES ESCOLARES 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit	27 VACACIONES ESCOLARES 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit	28 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	29 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	VE: 3868/925 GT: 27 GS: 12 HC: 137 AZ: 34 PROT: 36 SAL: 2
30 VACACIONES ESCOLARES 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							VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

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