

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2025

DISCIPULAS DE JESUS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
			1 FIESTA LABORABLE 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy	2 DIA NO LECTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	3 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	4 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 Macarrones con salsa de tomate con queso rallado - Jamoncitos de pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Macaroni with tomato sauce with grated cheese - Jamoncitos de pollo asado with french fries Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	6 Lentejas estofadas con verduras Rabas de calamar con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Stewed lentils Squid strips with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	7 Judías verdes con patatas Lomo al ajillo con - ensalada de lechuga Fruta y pan Green beans with potatoes Tenderloin with garlic with - ensalada de lechuga Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Fruta	8 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Stewed chickpeas Spanish omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	9 Arroz con salsa de tomate - Filete de merluza al horno con - ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with tomato sauce - Filete de merluza al horno with - ensalada de lechuga y maíz Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	10 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	11 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3478/832 GT: 31 GS: 5 HC: 107 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 1
12 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with vegetables with french fries Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la griega con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Braised beans with vegetables Galician style haddock with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	14 Patatas a la riojana Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Riojana style potatoes Scrambled eggs with ham with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	15 Sopa de cocido Cocido completo - Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew - Yogur and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	16 Coditos con salsa de tomate Varitas de pescado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Fish sticks with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	17 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	18 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	VE: 3372/807 GT: 33 GS: 7 HC: 97 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2
19 - Judías verdes salteadas Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan - Judías verdes salteadas Kassler with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	20 Espirales con tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Spirals with tomato sauce Cod delights with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	21 Garbanzos estofados con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Chickpeas stewed with vegetables Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	22 - Patatas estofadas con chorizo Jamoncitos de pollo asados con - ensalada de lechuga Yogur y pan - Patatas estofadas con chorizo Grilled chicken thigh with - ensalada de lechuga Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	23 Lentejas estofadas con verduras Ventresca de merluza a la andaluza con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Andalusian style hake with french fries Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	24 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	25 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos	VE: 3350/801 GT: 28 GS: 5 HC: 101 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 1
26 Arroz a la cubana Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Cuban style rice Chicken drumsticks in garlic sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	27 Alubias pintas estofadas Rabas de calamar con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Stewed pinto beans Squid strips with green salad with olives Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	28 Crema de calabacín - Tortilla francesa con queso con patatas fritas Fruta y pan Zucchini cream - Tortilla francesa con queso with french fries Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	29 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	30 Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Hake fillet in carrot sauce with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	31 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta		VE: 3455/827 GT: 31 GS: 7 HC: 98 AZ: 23 PROT: 40 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES