

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 2025 DISCIPULAS DE JESUS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
1 VACACIONES ESCOLARES 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	2 VACACIONES ESCOLARES 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit	3 VACACIONES ESCOLARES 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	4 VACACIONES ESCOLARES 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy	5 VACACIONES ESCOLARES 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	6 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	7 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Fish with Potatoes and Dairy 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
8 Espaguetis con salsa de tomate con queso rallado - Albóndigas de ave en salsa con - ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce with grated cheese - Albóndigas de ave en salsa with - ensalada de lechuga y maíz Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	9 Lentejas estofadas con verduras Contramuslo de 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	10 Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed potatoes with meat Baked hake with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	11 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	12 Judías verdes con patatas Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Green beans with potatoes Andalusian style sole with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Lácteos	13 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	14 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: 3030/725 GT: 21 GS: 5 HC: 104 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 2
15 Crema de calabacín con queso Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Courgette soup with cheese Scrambled eggs with ham with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta	16 Alubias pintas estofadas Ventresca de merluza con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Stewed pinto beans Hake with fried garlic and balsamic with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	17 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 Huevos con Legumbres y Fruta	18 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) - Jamoncitos de pollo asado con patatas fritas Yogur y pan Lentils with vegetables - Jamoncitos de pollo asado with french fries Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	19 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 Carne con Pasta y Lácteos	20 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	21 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3642/871 GT: 37 GS: 7 HC: 103 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
22 Códitos con salsa de tomate Salchichas frescas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Sausages with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	23 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	24 - Patatas estofadas con chorizo Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan - Patatas estofadas con chorizo Turkey omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	25 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	26 Crema de verduras Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Vegetables cream Grilled yellowfin sole with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Fruta	27 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	28 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3384/810 GT: 32 GS: 7 HC: 96 AZ: 23 PROT: 32 SAL: 2
29 Macarrones con salsa de tomate con queso rallado Pollo asado al limón con patatas fritas Fruta y pan Macaroni with tomato sauce with grated cheese Roasted lemon chicken with french fries Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	30 Lentejas estofadas con verduras Rabas de calamar con - ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Stewed lentils Squid strips with - ensalada de lechuga y tomate Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta						VE: 3768/901 GT: 34 GS: 5 HC: 110 AZ: 24 PROT: 43 SAL: 1

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