

MES: Mayo 2021

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

3

FESTIVO

4

5

Macarrones al ajillo
Revuelto de jamón york con
ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.149/753 GT:17 GS:2 HC:116 AZ:26 PROT:32 SAL:3

6

Sopa de cocido
Cocido completo (sin chorizo)
Fruta y pan

VE:2.972/711 GT:20 GS:6 HC:93 AZ:27 PROT:42 SAL:1

7

Arroz al horno
Abadejo al horno con ensalada
de lechuga y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.877/928 GT:33 GS:7 HC:124 AZ:25 PROT:41 SAL:4

10

Sopa de letras
Hamburguesa en salsa de
tomate con salteado de verduras
Fruta y pan

VE:2.282/546 GT:17 GS:4 HC:87 AZ:26 PROT:28 SAL:6

11

Crema de zanahoria
Lacón a la gallega con patatas al
vapor
Yogur desnatado y pan

VE:2.629/629 GT:16 GS:3 HC:84 AZ:11 PROT:37 SAL:3

12

Arroz al horno
Ventresca de merluza al horno
con ensalada de lechuga y
tomate
Fruta y pan

VE:3.714/889 GT:28 GS:6 HC:122 AZ:25 PROT:37 SAL:4

13

Alubias estofadas con verduras
Lomo al ajillo con patatas dado
Yogur desnatado y pan

VE:3.255/779 GT:31 GS:6 HC:88 AZ:14 PROT:48 SAL:2

14

Espirales salteados al ajillo
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta y pan

VE:3.759/899 GT:35 GS:3 HC:124 AZ:41 PROT:22 SAL:3

17

Arroz salteado
Pollo asado con patatas dado
Fruta y pan

VE:3.473/831 GT:26 GS:5 HC:114 AZ:24 PROT:42 SAL:2

18

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga, tomate y maíz
Yogur desnatado y pan

VE:2.812/673 GT:15 GS:3 HC:98 AZ:18 PROT:38 SAL:4

19

Coditos salteados
Estofado de pavo con salteado
de verduras
Fruta y pan

VE:3.132/749 GT:14 GS:3 HC:123 AZ:29 PROT:37 SAL:3

20

Crema de puerros
Lacón al horno con ensalada de
lechuga, tomate y zanahoria
Fruta y pan

VE:2.792/668 GT:22 GS:5 HC:92 AZ:28 PROT:28 SAL:3

21

Alubias estofadas con verduras
Filete de merluza al horno con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:2.937/703 GT:15 GS:1 HC:106 AZ:29 PROT:43 SAL:2

24

Lentejas a la riojana
Hamburguesa a la plancha con
ensalada de lechuga, zanahoria
y maíz
Fruta y pan

VE:2.763/661 GT:20 GS:6 HC:98 AZ:27 PROT:38 SAL:3

25

Crema de calabacín
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y aceitunas
Yogur desnatado y pan

VE:1.931/462 GT:15 GS:1 HC:56 AZ:12 PROT:22 SAL:2

26

Sopa de cocido
Cocido completo (sin chorizo)
Fruta y pan

VE:2.972/711 GT:20 GS:6 HC:93 AZ:27 PROT:42 SAL:1

27

Macarrones al ajillo
Lacón al horno con patatas dado
Yogur desnatado y pan

VE:3.897/932 GT:38 GS:7 HC:107 AZ:11 PROT:45 SAL:5

28

Arroz salteado
Abadejo al ajillo con ensalada
de lechuga, tomate y maíz
Fruta y pan

VE:3.046/729 GT:22 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:33 SAL:2

31

Lentejas estofadas con verduras
Pollo asado con patatas dado
Fruta y pan

VE:4.229/1.012 GT:37 GS:8 HC:125 AZ:32 PROT:57 SAL:3

Tienen a su disposición la información
de los alérgenos en el teléfono
913751860 y en
elgustodecrecer@aramark.es