

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2024

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
			1 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Cinta de lomo empanada con ensalada Yogur y pan Lentils with vegetables Breaded pork loin with salad Yoghurt and bread	2 Pasta al ajillo Filete de merluza a la plancha con mayonesa Fruta de temporada y pan integral Garlic pasta Grilled hake with mayonnaise Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2895/693 GT: 21 GS: 5 HC: 90 AZ: 16 PROT: 38 SAL: 2
5 Salteado de borraja con patatas Hamburguesa al horno con champiñones salteados Fruta de temporada y pan Stewed borage with potatoes Baked hamburger with sautéed mushrooms Seasonal Fruit and bread	6 Guisantes con patata y zanahoria Abadejo en salsa de tomate con pimientos Yogur y pan Beans with potato and carrot Haddock in tomato sauce with peppers Yoghurt and bread	7 Judías verdes con patatas Macarrones a la boloñesa Fruta de temporada y pan integral Green beans with potatoes Macaroni bolognese Seasonal Fruit and wholemeal bread	8 Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Lomo en salsa con panaché de verduras Yogur y pan Sautéed beans with garlic & parsley Loin in sauce with boiled vegetables Yoghurt and bread	9	VE: 2373/568 GT: 12 GS: 4 HC: 86 AZ: 18 PROT: 34 SAL: 2
12	13 Sopa de ave Pollo asado con pimientos Yogur y pan Chicken soup Grilled chicken with peppers Yoghurt and bread	14 Crema de calabacín Canelones de atún Fruta de temporada y pan integral Zucchini cream Tuna cannelloni Seasonal Fruit and wholemeal bread	15 Judías verdes con refrito Arroz 3 delicias Yogur y pan Green beans with refried veggies Chinese fried rice Yoghurt and bread	16 Garbanzos estofados Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada y pan integral Stewed chickpeas Hake in green sauce Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2543/608 GT: 12 GS: 2 HC: 93 AZ: 17 PROT: 33 SAL: 1
19 Salteado de borraja con patatas San Jacobo con ensalada Fruta de temporada y pan Stewed borage with potatoes Cooked breaded ham & cheese escalope with salad Seasonal Fruit and bread	20 Crema de calabaza Lentejas compuestas Yogur y pan Pumpkin soup Lentil stew Yoghurt and bread	21 Pasta salteada con verduritas Lenguado al horno con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral Sautéed pasta with vegetables Baked flounder with lettuce Seasonal Fruit and wholemeal bread	22 Porrusalda Albóndigas de pollo a la jardinera Yogur y pan Leek soup Chicken meatballs with vegetables Yoghurt and bread	23 Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Tortilla francesa con atún con tomate natural Fruta de temporada y pan integral Sautéed beans with garlic & parsley Tuna omelette with fresh tomatoes Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2514/601 GT: 17 GS: 4 HC: 86 AZ: 18 PROT: 32 SAL: 2
26 Sopa de cocido casera con fideo eco. Salchichas frescas al horno con salsa de tomate Fruta de temporada y pan Cocido soup with noodle eco. Baked fresh sausage with tomato sauce Seasonal Fruit and bread	27 Garbanzos compuestos Filete de merluza a la andaluza Yogur y pan Chickpea stew Andalusian-style hake fillet Yoghurt and bread	28 Acelgas frescas (eco.) al ajillo Jamoncitos de pollo asados con ensalada Fruta de temporada y pan integral Fresh chard (eco.) with garlic Grilled chicken thigh with salad Seasonal Fruit and wholemeal bread	29 Judías verdes salteadas Paella de pescado Yogur y pan Sautéed green beans Fish paella Yoghurt and bread		VE: 2516/602 GT: 17 GS: 5 HC: 79 AZ: 15 PROT: 34 SAL: 2