

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Diciembre 2024

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
2 DIA NO LECTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy	3 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit	4 Salteado de acelgas con patatas Hamburguesa a la plancha con salsa de verduras Fruta de temporada y pan integral Sautéed swiss chard & potatoes Grilled hamburger with vegetables sauce Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta	5 Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Filete de merluza a la andaluza Yogur y pan Sautéed beans with garlic & parsley Andalusian-style hake fillet Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	6 FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	7 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	8 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	VE: 2451/586 GT: 15 GS: 4 HC: 80 AZ: 18 PROT: 38 SAL: 2
9 Puré de calabaza Pollo asado con champiñones salteados Fruta de temporada y pan Butternut squash purée Grilled chicken with sautéed mushrooms Seasonal Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos	10 Macarrones con salsa de tomate con queso Lengüadina a la donostiarra Yogur y pan Macaroni with tomato sauce with cheese Donostia-style sole Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	11 Sopa de pescado Lomo a la plancha con pimientos Fruta de temporada y pan integral Fish soup Grilled tenderloin with peppers Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	12 Judías verdes con patatas Empanadillas de atún con ensalada Yogur y pan Green beans with potatoes Tuna pastry with salad Yoghurt and bread (*) 1º Legumbres 2º Carne con Arroz y Fruta	13 Paella valenciana Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan integral Valencian-style paella Ham omelette with lettuce & carrot Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	14 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	15 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 2736/655 GT: 21 GS: 5 HC: 84 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 1
16 Salteado de borraja con patatas Gratén de huevos con bechamel Fruta de temporada y pan Stewed borage with potatoes Eggs au gratin with white sauce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	17 Arroz a la cubana Escalope casero con ensalada Yogur y pan Cuban style rice Homemade escalope with salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	18 Alubias pintas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada y pan Stewed pinto beans Hake in green sauce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	19 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit	20 Puré de verduras Estofado a la jardinera Fruta de temporada y pan integral Vegetables purée Vegetables stew Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	21 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	22 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	VE: 3024/724 GT: 24 GS: 5 HC: 89 AZ: 18 PROT: 40 SAL: 2
23 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit	24 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	25 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy	26 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit	27 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	28 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	29 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
30 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit	31 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes 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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES