

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Septiembre 2025		SANTA CATALINA LABOURE				
Lunes		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
1		2	3	4	5	VE: 2057/492 GT: 8 GS: 1 HC: 77 AZ: 20 PROT: 31 SAL: 1 Judías verdes con patatas Filete de merluza a la andaluza Fruta de temporada y pan integral Green beans with potatoes Andalusian-style hake fillet Seasonal Fruit and wholemeal bread
8	Crema de calabacín Macarrones con salsa de tomate Fruta de temporada y pan Zucchini cream Macaroni with tomato sauce Seasonal Fruit and bread	9Borraja fresca de Navarra (eco.) con zanahoria Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga Yogur y pan Fresh borage (eco.) with carrots Baked potato omelet with lettuce Yoghurt and bread	10Alubias rojas de Tolosa Lenguadina a la donostiarra Fruta de temporada y pan integral Red beans from Tolosa Donostia-style sole Seasonal Fruit and wholemeal bread	11Ensalada mixta Paella de pollo y verdura Fruta y pan Mixed salad Chicken & vegetables paella Fruit and bread	12Lentejas a la campesina Bistec de magro a la plancha con pimientos Fruta de temporada y pan integral Vegetables lentils Pork steak with peppers Seasonal Fruit and wholemeal bread	VE: 2670/639 GT: 17 GS: 3 HC: 97 AZ: 21 PROT: 28 SAL: 1
15	Judías verdes salteadas Albóndigas de ternera en salsa Fruta de temporada y pan Sautéed green beans Beef meatballs with gravy Seasonal Fruit and bread	16Lentejas a la castellana (cebolla, zanahoria, patata y pimentón) Tortilla francesa con atún con tomate natural Fruta de temporada y pan Castilian lentils Tuna omelette with fresh tomatoes Seasonal Fruit and bread	17Macarrones integrales eco. con salsa de tomate y cebolla Jamoncitos de pollo asados con ensalada Fruta de temporada y pan integral Whole grain macaroni with tomato and onion sauce Grilled chicken thigh with salad Seasonal Fruit and wholemeal bread	18Garbanzos estofados Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga Yogur y pan Stewed chickpeas Grilled hake with lettuce Yoghurt and bread	19Acelgas frescas (eco.) al ajillo Arroz con salsa de tomate Fruta de temporada (eco.) y pan integral Fresh chard (eco.) with garlic Rice with tomato sauce Seasonal fruit (eco.) and wholemeal bread	VE: 2479/593 GT: 14 GS: 3 HC: 89 AZ: 18 PROT: 31 SAL: 1
22	Sopa de cocido con pasta Estofado campesino con magro Fruta de temporada y pan "Cocido" soup with pasta Country stew with lean meat Seasonal Fruit and bread	23Guisantes con patata y zanahoria Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan Beans with potato and carrot Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad Seasonal Fruit and bread	24Crema de calabacín Gratén de huevos Fruta de temporada y pan integral Zucchini cream Eggs au gratin Seasonal Fruit and wholemeal bread	25Pasta con salsa de tomate Lomo a la plancha con pimientos verdes Fruta de temporada y pan Pasta with tomato sauce Grilled tenderloin with green peppers Seasonal Fruit and bread	26Alubias pintas estofadas (pimiento, cebolla, zanahoria) Filete de gallo en salsa verde Yogur y pan integral Stewed beans (pepper, onion, carrot) Four-spot megrim in green sauce Yoghurt and wholemeal bread	VE: 2608/624 GT: 18 GS: 4 HC: 80 AZ: 20 PROT: 38 SAL: 1
29	Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y aceituna Paella de pescado Fruta de temporada y pan Salad with lettuce, tomato, carrot, corn and olives Fish paella Seasonal Fruit and bread	30Alubias blancas salteadas con ajo y perejil Filete de merluza al limón Fruta de temporada y pan integral Sautéed beans with garlic & parsley Hake steak with lemon Seasonal Fruit and wholemeal bread				VE: 2647/633 GT: 17 GS: 2 HC: 94 AZ: 21 PROT: 31 SAL: 2