

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Enero 2026

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
			1 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	2 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy	3 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	4 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit	6 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	7 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit	8 Crema de guisantes Albóndigas veganas a la jardinera Fruta de temporada y pan Pea cream Vegan meatballs with vegetables Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	9 Garbanzos estofados Salmón al horno con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral Stewed chickpeas Baked salmon with roasted potatoes Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	10 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	11 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 3182/761 GT: 21 GS: 5 HC: 106 AZ: 25 PROT: 42 SAL: 1
12 Menestra de verduras salteadas Paella mixta Fruta de temporada y pan Sautéed minestrone Mixed Paella Seasonal Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	13 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan Stewed pinto beans Spanish omelette with lettuce & tomatoes Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	14 Crema de calabacín (eco.) Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta de temporada y pan integral Courgette cream (eco.) Roasted lemon chicken with lettuce and beets Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos	15 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Abadejo con refrito de ajo y balsámico Fruta de temporada y pan Lentils with vegetables Pollock with garlic and balsamic rehash Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	16 Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceituna Pasta con boloñesa de atún Yogur y pan integral Lettuce, tomato, corn, carrot and olive salad Pasta with tuna bolognese Yoghurt and wholemeal bread (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	17 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	18 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	VE: 2663/637 GT: 14 GS: 3 HC: 96 AZ: 20 PROT: 32 SAL: 1
19 Espaguetis integrales (eco.) Revuelto de jamón york y queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Whole wheat spaghetti (eco.) Ham and cheese scramble with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	20 Garbanzos (eco.) con espinacas Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada y pan Stew eco chickpeas with spinach Hake in green sauce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	21 Crema de coliflor Wok de arroz salteado con soja texturizada, setas y mukimame Fruta de temporada y pan integral Cream of cauliflower Stir-fried rice wok with textured soy, mushrooms and mukimam Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	22 Sopa de cocido Hamburguesa a la plancha con salsa de verduras Fruta de temporada y pan "Cocido" soup Grilled hamburger with vegetables sauce Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	23 Ensalada mixta Lentejas estofadas con verduras Fruta de temporada y pan integral Mixed salad Lentils with vegetables Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	24 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	25 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	VE: 2741/656 GT: 17 GS: 3 HC: 99 AZ: 21 PROT: 30 SAL: 1
26 Guisantes salteados Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Sautéed peas Andalusian style sole with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 Crema de calabaza Pollo al chilindrón con patatas panaderas Fruta de temporada y pan Pumpkin soup Chicken in "chilindron" gravy with roasted potatoes Seasonal Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	28 Paella de verduras Filete de merluza al Orio con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan integral Vegetable paella Orio style hake with green salad with olives Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	29 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Tortilla francesa con atún con ensalada de tomate con cebolla Fruta de temporada y pan Lentils with vegetables Tuna omelette with onion & tomato salad Seasonal Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	30 Salteado de acelgas con patatas Macarrones a la boloñesa Fruta de temporada y pan integral Sautéed swiss chard & potatoes Macaroni bolognese Seasonal Fruit and wholemeal bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	31 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta		VE: 2845/681 GT: 14 GS: 2 HC: 107 AZ: 20 PROT: 39 SAL: 1

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