

MES: Octubre 2023



MAYEX

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>2</p> <p>Potaje de lentejas Abadejo al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Lentil stew Baked haddock with vegetable stew Fruit and bread</p> <p>VE:2.441/584 GT:7 GS:1 HC:103 AZ:26 PROT:39 SAL:3</p>	<p>3</p> <p>Puré de acelgas Macarrones a la amatriciana Yogur de soja y pan Swiss chard purée Macaroni in amatriciana sauce Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:2.671/639 GT:16 GS:2 HC:97 AZ:6 PROT:25 SAL:3</p>	<p>4</p> <p>Crema de calabacín y zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con verduras y papitas Fruta y pan Zucchini & carrot cream Baked chicken drumsticks with vegetables and crisps Fruit and bread</p> <p>VE:2.713/649 GT:15 GS:3 HC:87 AZ:27 PROT:41 SAL:2</p>	<p>5</p> <p>Sopa de pasta Tortilla española con ensalada Gelatina y pan Pasta soup Spanish omelette with salad Jelly and bread</p> <p>VE:1.944/465 GT:10 GS:1 HC:73 AZ:22 PROT:21 SAL:2</p>	<p>6</p> <p>Crema de legumbres Carne con papas Fruta y pan Cream of legumes Meat with potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.736/894 GT:21 GS:4 HC:126 AZ:26 PROT:49 SAL:2</p>
<p>9</p> <p>Sopa de pescado Pollo en salsa de champiñones con zanahorias baby Fruta y pan Fish soup Chicken in mushroom sauce with baby carrots Fruit and bread</p> <p>VE:2.541/608 GT:11 GS:3 HC:85 AZ:27 PROT:45 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Puré de verduras Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con papas arrugadas Fruta y pan Vegetables purée Seafaring hake (tomato, onion, garlic and spices) with wrinkled potato Fruit and bread</p> <p>VE:2.604/623 GT:10 GS:1 HC:100 AZ:28 PROT:35 SAL:3</p>	<p>11</p> <p>Crema de calabaza Matrimonio Yogur de soja y pan Pumpkin soup Fresh & canned anchovies Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:2.278/545 GT:14 GS:2 HC:78 AZ:8 PROT:25 SAL:3</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>Puré de verduras Pescado al horno con salteado de verduras Fruta y pan Vegetables purée Baked fish with sautéed vegetables Fruit and bread</p> <p>VE:2.383/570 GT:13 GS:1 HC:85 AZ:29 PROT:30 SAL:2</p>
<p>16</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera con menestra de verduras salteadas Compota de manzana y pan Carrot cream Meatballs with vegetables with vegetable stew Apple compote and bread</p> <p>VE:2.684/642 GT:24 GS:9 HC:75 AZ:22 PROT:28 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de puerros Jamoncitos de pollo al limón con zanahorias baby Fruta y pan Cream of leek Lemon chicken drumsticks with baby carrots Fruit and bread</p> <p>VE:2.404/575 GT:8 GS:3 HC:86 AZ:29 PROT:40 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Sopa de pollo con fideos Arroz a la cubana Fruta y pan Chicken soup with noodles Cuban style rice Fruit and bread</p> <p>VE:3.173/759 GT:19 GS:5 HC:118 AZ:24 PROT:30 SAL:4</p>	<p>19</p> <p>Rancho canario Abadejo al horno con papas guisadas Yogur de soja y pan Canary island stew Baked haddock with boiled potatoes Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:2.575/616 GT:13 GS:2 HC:80 AZ:8 PROT:51 SAL:2</p>	<p>20</p> <p>Ensalada César Pasta a la napolitana Fruta y pan Caesar salad Neapolitan pasta Fruit and bread</p> <p>VE:3.073/735 GT:18 GS:3 HC:116 AZ:28 PROT:26 SAL:1</p>
<p>23</p> <p>Crema de espinacas Atún con tomate con papas guisadas Fruta y pan Spinach cream Stewed tuna with tomato sauce with boiled potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.976/712 GT:16 GS:2 HC:99 AZ:26 PROT:45 SAL:2</p>	<p>24</p> <p>Guisantes salteados Pasta a la carbonara Fruta y pan Sautéed peas Pasta in carbonara sauce Fruit and bread</p> <p>VE:3.320/794 GT:13 GS:2 HC:144 AZ:33 PROT:31 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Crema de champiñones Tortilla española con ensalada Fruta y pan Mushroom cream Spanish omelette with salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.470/591 GT:15 GS:2 HC:85 AZ:26 PROT:32 SAL:1</p>	<p>26</p> <p>Sopa de pescado Lomo de cerdo al horno con manzana con pisto Gelatina y pan Fish soup Baked pork loin with apple with ratatouille Jelly and bread</p> <p>VE:2.700/646 GT:18 GS:4 HC:76 AZ:25 PROT:44 SAL:2</p>	<p>27</p> <p>Puré de verduras Filete de merluza al horno con papas arrugadas Yogur de soja y pan Vegetables purée Baked hake with wrinkled potato Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:2.195/525 GT:10 GS:0 HC:68 AZ:6 PROT:36 SAL:3</p>
<p>30</p> <p>Potaje de berros Arroz a la cubana Fruta y pan Watercress stew Cuban style rice Fruit and bread</p> <p>VE:3.352/802 GT:22 GS:6 HC:124 AZ:28 PROT:29 SAL:4</p>	<p>31</p> <p>Sopa de picadillo Estofado de pollo con verduras y papitas Yogur de soja y pan Soup with ham & egg bits Chicken stew with vegetables and crisps Soy yoghurt and bread</p> <p>VE:2.633/630 GT:15 GS:3 HC:74 AZ:4 PROT:46 SAL:3</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgicos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es según la Ley de Información Alimentaria (Alérgenos), recogida en el Reglamento Europeo 1169/2011</p>