

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark 

MES: Septiembre 2023



MAYEX

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
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				1
4	5	6 Crema de verduras Albóndigas con tomate con arroz Fruta y pan Vegetables cream Meatballs with tomato sauce with rice Fruit and bread VE:3.415/817 GT:23 GS:8 HC:122 AZ:28 PROT:32 SAL:1	7 Sopa de pollo con fideos Tortilla española con ensalada Fruta y pan Chicken soup with noodles Spanish omelette with salad Fruit and bread VE:2.098/502 GT:10 GS:1 HC:82 AZ:25 PROT:24 SAL:3	8 Crema de calabaza Espaguetis a la napolitana con atún Fruta y pan Pumpkin soup Napolitan spaghetti with tuna Fruit and bread VE:3.533/845 GT:24 GS:1 HC:128 AZ:28 PROT:40 SAL:2
11 Crema de puerros Paella Fruta y pan Cream of leek Paella rice Fruit and bread VE:2.550/610 GT:7 GS:1 HC:118 AZ:27 PROT:19 SAL:1	12 Potaje de lentejas Filete de merluza al mojo verde con papas arrugadas Fruta y pan Lentil stew Hake steak in green mojo sauce with wrinkled potato Fruit and bread VE:2.730/653 GT:6 GS:1 HC:107 AZ:26 PROT:46 SAL:6	13 Sopa primavera Estofado de pollo con verduras Fruta y pan Spring soup Chicken stew with vegetables Fruit and bread VE:2.349/562 GT:7 GS:2 HC:91 AZ:31 PROT:38 SAL:2	14 FESTIVO	15 Sopa de pescado Lomo adobado con verduritas Compota de manzana y pan Fish soup Marinated tenderloin with vegetables Apple compote and bread VE:1.894/453 GT:10 GS:3 HC:58 AZ:15 PROT:32 SAL:2
18 Potaje canario Tortilla española con jamón york Fruta y pan Canary island stew Spanish omelette with cooked ham Fruit and bread VE:2.349/562 GT:12 GS:2 HC:86 AZ:26 PROT:29 SAL:4	19 Crema de legumbres Marmitako de atún con papas guisadas Gelatina y pan Cream of legumes Marmitako tuna with boiled potatoes Jelly and bread VE:3.373/807 GT:7 GS:0 HC:151 AZ:26 PROT:30 SAL:2	20 Arroz tres delicias Estofado a la jardinera con judías verdes salteadas Fruta y pan Chinese fried rice Vegetables stew with sautéed green beans Fruit and bread VE:3.315/793 GT:11 GS:3 HC:130 AZ:28 PROT:42 SAL:1	21 Crema de zanahoria Pasta a la carbonara Fruta y pan Carrot cream Pasta in carbonara sauce Fruit and bread VE:2.746/657 GT:12 GS:3 HC:118 AZ:32 PROT:18 SAL:1	22 Puré de verduras Contrauslo de pollo al horno con cous cous Yogur y pan Vegetables purée Baked chicken with cous cous Yoghurt and bread VE:2.667/638 GT:12 GS:4 HC:79 AZ:13 PROT:46 SAL:1
25 Sopa de estrellas Estofado de pavo con pisto Yogur y pan Star pasta soup Turkey stew with ratatouille Yoghurt and bread VE:2.445/585 GT:20 GS:6 HC:67 AZ:11 PROT:35 SAL:3	26 Puré de calabaza Arroz a la cubana Fruta y pan Butternut squash purée Cuban style rice Fruit and bread VE:3.248/777 GT:20 GS:5 HC:123 AZ:27 PROT:28 SAL:3	27 Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) Abadejo al horno con papas guisadas Gelatina y pan Vegetables cream (potato, carrot, zucchini) Baked haddock with boiled potatoes Jelly and bread VE:2.195/525 GT:10 GS:1 HC:84 AZ:24 PROT:33 SAL:2	28 Sopa de pescado Garbanzos compuestos Fruta y pan Fish soup Chickpea stew Fruit and bread VE:2.760/660 GT:15 GS:0 HC:111 AZ:27 PROT:25 SAL:1	29 Crema de berros Arroz con costillas de cerdo y verduras Fruta y pan Watercress purée Pork ribs with rice & vegetables Fruit and bread VE:2.788/667 GT:16 GS:4 HC:110 AZ:26 PROT:23 SAL:4