

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2023



MAYEX

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<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>		<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Sopa de pollo con fideos Matrimonio Fruta y pan Chicken soup with noodles Fresh & canned anchovies Fruit and bread</p> <p>VE:2.374/568 GT:11 GS:2 HC:98 AZ:26 PROT:23 SAL:4</p>	<p>3</p> <p>Crema de verduras Empanada de atún Compota de manzana y pan Vegetables cream Tuna pie Apple compote and bread</p> <p>VE:2.546/609 GT:21 GS:3 HC:85 AZ:17 PROT:20 SAL:1</p>
<p>6</p> <p>Sopa de ternera Pollo en salmorejo con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Veal soup Chicken in salmorejo with vegetable stew Fruit and bread</p> <p>VE:2.525/604 GT:14 GS:3 HC:78 AZ:24 PROT:43 SAL:2</p>	<p>7</p> <p>Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con papas panaderas Fruta y pan Carrot cream Hake with tomato pil pil with grilled potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.922/699 GT:22 GS:3 HC:91 AZ:31 PROT:30 SAL:1</p>	<p>8</p> <p>Potaje de judías Tortilla española con ensalada Yogur y pan Bean stew Spanish omelette with salad Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.036/487 GT:13 GS:4 HC:65 AZ:12 PROT:28 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Crema de calabaza Espaguetis a la napolitana con atún Fruta y pan Pumpkin soup Napolitan spaghetti with tuna Fruit and bread</p> <p>VE:3.533/845 GT:24 GS:1 HC:128 AZ:28 PROT:40 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Puré de acelgas Carne fiesta con papas dado Gelatina y pan Swiss chard purée Meat party with diced potatoes Jelly and bread</p> <p>VE:3.745/896 GT:36 GS:5 HC:95 AZ:23 PROT:47 SAL:3</p>
<p>13</p> <p>Lentejas a la campesina Abadejo a la marinera con papas guisadas Fruta y pan Vegetables lentils Haddock in sauce with boiled potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.025/724 GT:12 GS:1 HC:126 AZ:25 PROT:38 SAL:3</p>	<p>14</p> <p>Sopa de fideos Cous cous de pollo con garbanzos Fruta y pan Noodle soup Cous cous with chicken and chickpeas Fruit and bread</p> <p>VE:3.001/718 GT:5 GS:1 HC:142 AZ:30 PROT:28 SAL:2</p>	<p>15</p> <p>Puré de verduras Cazuela de calamar (pota) y merluza a la marinera Fruta y pan Vegetables purée Shrimp pot & sailor style hake Fruit and bread</p> <p>VE:2.295/549 GT:6 GS:0 HC:95 AZ:27 PROT:30 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>JORNADA GRIEGA Arroz a la griega con mayonesa cítrica (Spanakorizo) Albóndigas asadas (Keftedes) en salsa con verduras Yogur con miel y pan "Spanakorizo" rice Keftedes (grilled meatballs) in sauce with vegetables Yogurt with honey and bread</p> <p>VE:4.314/1.032 GT:56 GS:14 HC:95 AZ:21 PROT:31 SAL:5</p>	<p>17</p> <p>Sopa de pescado Huevos rotos con jamón y champiñones Fruta y pan Fish soup Scrambled eggs with potatoes, ham & mushrooms Fruit and bread</p> <p>VE:2.454/587 GT:17 GS:4 HC:77 AZ:24 PROT:31 SAL:3</p>
<p>20</p> <p>Puré de acelgas Lomo con salsa de queso con judías verdes salteadas Fruta y pan Swiss chard purée Tenderloin with cheese with sautéed green beans Fruit and bread</p> <p>VE:2.863/685 GT:18 GS:4 HC:100 AZ:29 PROT:34 SAL:3</p>	<p>21</p> <p>Puré de zanahoria Marmitako de atún Gelatina y pan Carrot purée Marmitako tuna Jelly and bread</p> <p>VE:2.341/560 GT:7 GS:0 HC:104 AZ:28 PROT:16 SAL:1</p>	<p>22</p> <p>Crema de verduras Paella Fruta y pan Vegetables cream Paella rice Fruit and bread</p> <p>VE:2.650/634 GT:11 GS:1 HC:116 AZ:27 PROT:19 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Sopa de ternera Tortilla española con ensalada Fruta y pan Veal soup Spanish omelette with salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.132/510 GT:11 GS:1 HC:82 AZ:25 PROT:24 SAL:2</p>	<p>24</p> <p>Guisantes salteados Canelones con tomate Danonino y pan Sautéed peas Cannelloni with tomato Danonino and bread</p> <p>VE:3.613/864 GT:23 GS:4 HC:128 AZ:18 PROT:37 SAL:2</p>
<p>27</p> <p>Sopa de estrellas Garbanzos compuestos Yogur y pan Star pasta soup Chickpea stew Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.638/631 GT:19 GS:3 HC:93 AZ:13 PROT:25 SAL:2</p>	<p>28</p> <p>Crema de calabaza Arroz a la cubana Fruta y pan Pumpkin soup Cuban style rice Fruit and bread</p> <p>VE:3.248/777 GT:20 GS:5 HC:123 AZ:27 PROT:28 SAL:3</p>	<p>29</p> <p>Sopa de pescado Estofado de pavo con pisto Gelatina y pan Fish soup Turkey stew with ratatouille Jelly and bread</p> <p>VE:2.449/586 GT:16 GS:3 HC:76 AZ:23 PROT:34 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Puré de legumbres Abadejo al horno con papas guisadas Fruta y pan Legume purée Baked haddock with boiled potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.842/680 GT:11 GS:2 HC:115 AZ:27 PROT:44 SAL:2</p>	