

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark**

MES: Mayo 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>"En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alérgenos en el teléfono 955776989 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>"</p>			<p><b>1 RECOMENDACION FESTIVO</b> Espirales (eco.) con salsa de tomate y cebolla Merluza al horno a la bilbaína (tomate, pimiento, ajo) Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:1.990/476 GT:16 GS:0 HC:68 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p><b>2 RECOMENDACION FESTIVO</b> Puchero de garbanzos con arroz, patata, judía verde, cebolla, zanahoria y calabaza Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:2.035/487 GT:17 GS:0 HC:63 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p><b>5</b> Cazuela de patatas guisadas con caballa (tomate, pimiento, cebolla, ajo) Lomo al horno con cebolla Yogur y pan (eco.)</p> <p>VE:1.964/470 GT:20 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p><b>6</b> Macarrones integrales eco. con salsa de tomate y cebolla con queso rallado Redondo de pavo con champiñones Fruta de temporada y pan integral (eco.)</p> <p>VE:1.936/463 GT:19 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p><b>7</b> Arroz caldoso con verduras (eco.) (brócoli, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria) Abadejo horneado con cebolla en salsa verde (cebolla, guisantes) Macedonia de frutas y pan (eco.)</p> <p>VE:2.007/480 GT:16 GS:0 HC:65 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p><b>8</b> Lentejas (eco.) a la riojana (zanahoria, pimiento, tomate, patata) Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga, tomate y espárragos Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:2.033/486 GT:22 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p><b>9</b> Espaguetis (eco.) con pisto Estofado de cerdo con patata y tomate Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:1.944/465 GT:18 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p><b>12</b> Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) con queso rallado Caella en salsa Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:2.180/522 GT:23 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p><b>13</b> Patatas a la carbonara Hamburguesa de pollo en salsa (patata, tomate, cebolla, especias con patatas chips Fruta de temporada y pan integral (eco.)</p> <p>VE:1.729/414 GT:15 GS:0 HC:51 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p><b>14</b> Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Natillas y pan (eco.)</p> <p>VE:2.005/480 GT:30 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p><b>15</b> Cazuela de fideos con verduras (pimiento, cebolla, zanahoria, tomate) Jamoncitos de pollo con verduras con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan (eco.)</p> <p>VE:2.143/513 GT:21 GS:0 HC:64 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p><b>16</b> Arroz cocido (eco) con salsa de tomate Salmón al horno con verduras Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:2.207/528 GT:21 GS:0 HC:65 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>
<p><b>19</b> Arroz a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones) Pizza margarita con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:1.996/477 GT:16 GS:0 HC:66 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p><b>20</b> Espirales (eco.) con tomate y cebolla con queso rallado Abadejo a la hortelana (patata, zanahoria, tomate, pimiento) Piña en su jugo y pan integral (eco.)</p> <p>VE:1.986/475 GT:15 GS:0 HC:62 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>	<p><b>21</b> Potaje de habichuelas con chorizo y morcilla (zanahoria, patata, arroz, pimiento, chorizo, morcilla) Revuelto de patata y atún Yogur y pan (eco.)</p> <p>VE:1.891/452 GT:21 GS:0 HC:49 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p><b>22</b> Patatas guisadas con abadejo Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate) Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:1.840/440 GT:16 GS:0 HC:55 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p><b>23</b> Sopa minestrone con pasta Magro de cerdo con calabacín asado Fruta de temporada y pan (eco.)</p> <p>VE:2.085/499 GT:20 GS:0 HC:62 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>