

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Enero 2024

BARCELONA (ANA)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
1 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	2 MENÚ FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	3 FESTIVO 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	4 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	5 FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)	6 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	7 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
8 Arroz a la milanesa Croquetas de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	9 Lentejas (eco) estofadas con verduras Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)	10 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	11 Crema de verduras Abadejo a la donostiarra con patatas fritas Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta)	12 Sopa de cocido Cocido completo Fruta (eco.) y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	13 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	14 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3308/791 GT: 30 GS: 5 HC: 103 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 1
15 Coditos con salsa de quesos Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	16 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta (eco.) y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	17 Paella de pollo Filete de caballa con pisto Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	18 Sopa de picadillo Magro adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	19 Judías verdes con tomate Hamburguesa al horno con arroz salteado Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	20 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	21 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	VE: 3150/753 GT: 25 GS: 4 HC: 101 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
22 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, pimiento verde (eco.) y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	23 Brócoli salteado Lomo al ajillo con puré de patatas Fruta y pan integral (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	24 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	25 JORNADA FRANCESA Macarrones gratinados con ratatouille Pollo asado con miel y mostaza con ensalada Mousse de chocolate y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	26 Lentejas estofadas con chorizo Revuelto de queso con champiñones salteados Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	27 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	28 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 2875/688 GT: 16 GS: 4 HC: 102 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
29 Sopa maravilla Salchichas frescas de pavo con patatas dado Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)	30 Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	31 Espaguetis a la amatriciana Filete de merluza empanada con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)		31 Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es			VE: 3312/792 GT: 31 GS: 5 HC: 105 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 2

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