

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2023

BARCELONA (ANA)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>		<b>1</b> <b>FESTIVO</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	<b>2</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	<b>3</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)	<b>4</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	<b>5</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
<b>6</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	<b>7</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	<b>8</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	<b>9</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta)	<b>10</b> 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)	<b>11</b> 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>12</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
<b>13</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	<b>14</b> 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)	<b>15</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	<b>16</b> Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	<b>17</b> Judías verdes con tomate Jamoncitos de pollo asados con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Legumbres y Fruta)	<b>18</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>19</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 2752/658 GT: 15 GS: 3 HC: 99 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 1
<b>20</b> Crema de calabacín Magro en salsa con patatas dado Yogur y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>21</b> Arroz con pollo Ventresca de merluza al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	<b>22</b> Alubias estofadas con verduras Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>23</b> Macarrones (integrales) con salsa de tomate Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	<b>24</b> Sopa minestrone Filete de pollo al horno con arroz salteado Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	<b>25</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>26</b> 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	VE: 3068/734 GT: 23 GS: 3 HC: 99 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
<b>27</b> Arroz a la milanesa Lomos de jurel en salsa de maíz con salteado de menestra con zanahoria (eco.) Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)	<b>28</b> Lentejas estofadas con verduras Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	<b>29</b> Crema de zanahoria Fajitas de ternera al curry Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>30</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)				VE: 3350/801 GT: 22 GS: 10 HC: 114 AZ: 26 PROT: 39 SAL: 1

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

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)