

MES: Octubre 2024

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es

1

Arroz con salsa de tomate
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta y pan

VE:3.190/763 GT:18 GS:4 HC:117 AZ:25 PROT:34 SAL:1

2

Crema de calabacín
Salteado de pollo Thai con tallarines
Fruta y pan integral

VE:2.654/635 GT:18 GS:2 HC:86 AZ:30 PROT:37 SAL:1

3

Patatas estofadas con costillas
Revuelto de pavo con **ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.)**
Fruta y pan

VE:2.759/660 GT:15 GS:4 HC:100 AZ:29 PROT:33 SAL:2

4

Sopa de cocido
Cocido completo
Yogur y pan

VE:3.010/720 GT:26 GS:10 HC:83 AZ:15 PROT:39 SAL:2

7

Lentejas a la hortelana (eco.) (patata, tomate, zanahoria, cebolla, arroz)
Filetes rusos con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.056/731 GT:18 GS:1 HC:104 AZ:26 PROT:38 SAL:3

8

Crema de verduras
Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

VE:2.644/633 GT:19 GS:3 HC:76 AZ:29 PROT:40 SAL:1

9

Arroz con verduras
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan integral

VE:2.756/659 GT:13 GS:1 HC:118 AZ:29 PROT:30 SAL:1

10

Macarrones con salsa de tomate
Magro en salsa con ensalada
Fruta y pan integral

VE:3.007/719 GT:16 GS:1 HC:113 AZ:32 PROT:49 SAL:2

11

Garbanzos estofados
Tortilla española con ensalada
Helado y pan

VE:3.441/823 GT:24 GS:8 HC:121 AZ:27 PROT:33 SAL:1

14

Coditos con salsa pesto
Pavo a la plancha con **ensalada de lechuga y zanahoria (eco.)**
Fruta y pan

VE:2.976/712 GT:18 GS:2 HC:110 AZ:30 PROT:31 SAL:1

15

Sopa de picadillo
Pollo asado al romero con salteado de verduras
Fruta y pan

VE:2.315/554 GT:14 GS:4 HC:83 AZ:29 PROT:25 SAL:1

16

Alubias pintas estofadas
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta (eco.) y pan integral

VE:2.786/666 GT:19 GS:4 HC:90 AZ:22 PROT:42 SAL:1

17

Arroz a la napolitana
Tortilla francesa con jamón serrano con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:2.834/678 GT:12 GS:1 HC:117 AZ:25 PROT:28 SAL:2

18

Judías verdes con tomate
Lomo al horno con patatas dado
Yogur y pan

VE:3.031/725 GT:34 GS:8 HC:69 AZ:13 PROT:36 SAL:2

21

Patatas estofadas
Revuelto de jamón york con champiñones salteados
Fruta y pan

VE:2.413/577 GT:13 GS:3 HC:90 AZ:27 PROT:28 SAL:1

22

Crema de zanahoria
Albóndigas a la jardinera con arroz pilaf
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:9 HC:108 AZ:32 PROT:29 SAL:1

23

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta y pan integral

VE:3.077/736 GT:23 GS:7 HC:103 AZ:30 PROT:37 SAL:1

24

Espirales a la boloñesa
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.047/729 GT:16 GS:1 HC:116 AZ:29 PROT:35 SAL:1

25

Lentejas estofadas con verduras
Pollo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:2.979/713 GT:18 GS:5 HC:87 AZ:11 PROT:52 SAL:1

28

Espaguetis gratinados
Lomo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)
Fruta y pan

VE:3.246/776 GT:18 GS:6 HC:94 AZ:40 PROT:40 SAL:1

29

Alubias estofadas a la riojana
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y queso
Fruta y pan

VE:3.508/839 GT:33 GS:7 HC:113 AZ:29 PROT:32 SAL:2

30

Paella
Pavo a la plancha con pisto
Fruta y pan integral

VE:3.241/775 GT:17 GS:1 HC:121 AZ:28 PROT:41 SAL:1

31

Crema de calabaza
Pollo asado con patatas fritas
Fruta y pan

VE:3.428/820 GT:31 GS:5 HC:94 AZ:28 PROT:41 SAL:1