

MES: Septiembre 2024

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

|   |  |  |   |   |
|---|--|--|---|---|
| 2   | 3  | 4  | 5   | 6   |
|   |  |  | Puré de verduras<br>Tortilla francesa con ensalada<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:2.303/551 GT:18 GS:3 HC:79 AZ:28 PROT:21 SAL:1</small>   | Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate)<br>Filete de merluza a la andaluza con ensalada<br>Yogur de soja y pan<br><br><small>VE:3.946/944 GT:32 GS:8 HC:106 AZ:5 PROT:55 SAL:2</small>   |
| 9   | 10   | 11   | 12  | 13  |
| Coditos con salsa de tomate<br>Lacón a la gallega<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:3.384/810 GT:19 GS:4 HC:122 AZ:24 PROT:35 SAL:3</small>                                       | Lentejas a la riojana<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:2.884/690 GT:22 GS:5 HC:93 AZ:27 PROT:33 SAL:1</small>  | Crema de calabacín con picatostes<br>Pollo a la barbacoa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)<br>Fruta y pan integral<br><br><small>VE:3.110/744 GT:62 GS:4 HC:78 AZ:31 PROT:20 SAL:2</small> | Sopa de picadillo<br>Albóndigas a la jardinera con patatas dado<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:3.590/859 GT:40 GS:11 HC:94 AZ:29 PROT:32 SAL:1</small>   | Arroz con salsa de tomate<br>Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate<br>Helado apto y pan<br><br><small>VE:3.814/912 GT:52 GS:5 HC:115 AZ:29 PROT:34 SAL:1</small>             |
| 16  | 17   | 18   | 19  | 20  |
| Judías verdes salteadas<br>Hamburguesa al horno con arroz<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:2.730/653 GT:13 GS:4 HC:116 AZ:27 PROT:30 SAL:2</small>                               | Espaguetis con salsa de tomate<br>Filete de merluza al horno con zanahorias salteadas<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:2.982/713 GT:9 GS:1 HC:121 AZ:28 PROT:38 SAL:2</small> | Garbanzos estofados<br>Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan integral<br><br><small>VE:3.136/750 GT:17 GS:3 HC:114 AZ:26 PROT:40 SAL:2</small>   | Arroz con salsa de tomate<br>Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.)<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:3.189/763 GT:21 GS:3 HC:129 AZ:26 PROT:19 SAL:2</small>                             | Crema de verduras<br>Contramuslo de pollo al horno con patatas asadas<br>Helado apto y pan<br><br><small>VE:2.729/653 GT:14 GS:2 HC:84 AZ:32 PROT:39 SAL:1</small>                          |
| 23  | 24   | 25   | 26  | 27  |
| Arroz a la napolitana<br>Filete de caballa en salsa con ensalada de lechuga y remolacha<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:3.323/795 GT:21 GS:5 HC:117 AZ:26 PROT:35 SAL:2</small> | Sopa de cocido<br>Cocido completo<br>Fruta (eco.) y pan<br><br><small>VE:3.018/722 GT:22 GS:7 HC:97 AZ:24 PROT:36 SAL:1</small>  | Crema de zanahoria<br>Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas con tomate y cebolla<br>Fruta y pan integral<br><br><small>VE:2.567/614 GT:15 GS:3 HC:82 AZ:31 PROT:40 SAL:1</small>                       | Macarrones (integrales) con salsa de tomate<br>Abadejo al horno con ensalada de lechuga, pimiento verde (eco.) y aceitunas<br>Fruta y pan<br><br><small>VE:2.822/675 GT:9 GS:1 HC:109 AZ:26 PROT:39 SAL:1</small> | Alubias estofadas con verduras<br>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz<br>Yogur de soja y pan<br><br><small>VE:3.150/754 GT:23 GS:3 HC:93 AZ:10 PROT:42 SAL:1</small> |
| 30  |  |  |   |   |
| Brócoli salteado<br>Fajitas de ternera al curry con arroz<br>Yogur de soja y pan<br><br><small>VE:2.607/624 GT:17 GS:2 HC:79 AZ:8 PROT:35 SAL:1</small>                         |  |  |   | 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>                            |