

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Diciembre 2024

BARCELONA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>2</p> <p>Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.854/922 GT:31 GS:5 HC:131 AZ:25 PROT:40 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas a la riojana Lacón al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.487/834 GT:22 GS:7 HC:115 AZ:28 PROT:46 SAL:3</p>	<p>4</p> <p>Espirales con boloñesa de chorizo Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.421/818 GT:30 GS:4 HC:93 AZ:31 PROT:27 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>DÍA DE LA CONSTITUCIÓN Puchero andaluz con hierbabuena Pollo a la andaluza con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.071/735 GT:17 GS:3 HC:112 AZ:30 PROT:34 SAL:1</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>
<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (eco.) San Jacobo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.753/898 GT:31 GS:4 HC:128 AZ:30 PROT:34 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.866/686 GT:14 GS:3 HC:98 AZ:27 PROT:41 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa boloñesa de atún (atún, tomate y cebolla) Revuelto de jamón y champiñón con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.884/690 GT:15 GS:2 HC:113 AZ:27 PROT:32 SAL:2</p>	<p>12</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta (eco.) y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.018/722 GT:22 GS:7 HC:97 AZ:24 PROT:36 SAL:1</p>	<p>13</p> <p>Arroz con magro Filete de merluza a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:3.292/788 GT:25 GS:5 HC:96 AZ:11 PROT:39 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>15</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>
<p>16</p> <p>Arroz con verduras Filete de caballa con pisto Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.308/791 GT:22 GS:4 HC:118 AZ:28 PROT:32 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al limón con patatas asadas Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.697/645 GT:13 GS:3 HC:91 AZ:31 PROT:40 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.653/635 GT:12 GS:1 HC:102 AZ:29 PROT:38 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Tallarines a la boloñesa Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.227/772 GT:13 GS:1 HC:125 AZ:29 PROT:40 SAL:1</p>	<p>20</p> <p>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>23</p> <p>FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>24</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>25</p> <p>FESTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>26</p> <p>FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p>27</p> <p>FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>29</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>31</p> <p>FESTIVO 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>				<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES