

MES: Enero 2025

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

FESTIVO

2

FESTIVO

3

FESTIVO

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

Crema de calabacín
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan integral

VE:2.647/633 GT:30 GS:6 HC:71 AZ:28 PROT:31 SAL:1

9

Arroz a la napolitana
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.030/725 GT:15 GS:1 HC:116 AZ:24 PROT:38 SAL:1

10

Sopa de cocido
Cocido completo
Yogur y pan

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

13

Macarrones (integrales) con salsa de tomate
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.240/775 GT:23 GS:5 HC:109 AZ:26 PROT:32 SAL:1

14

Alubias estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate
Fruta (eco.) y pan

VE:3.206/767 GT:21 GS:3 HC:110 AZ:24 PROT:38 SAL:1

15

Arroz con magro y champiñones
Pavo a la plancha con pisto
Fruta y pan integral

VE:2.936/702 GT:10 GS:0 HC:120 AZ:28 PROT:37 SAL:2

16

Sopa de picadillo
Pollo al chilindrón con patatas dado
Fruta y pan integral

VE:3.247/777 GT:28 GS:5 HC:121 AZ:28 PROT:45 SAL:1

17

Salteado de judías verdes con jamón
Albóndigas a la jardinera con ensalada de lechuga y maíz
Yogur y pan

VE:2.525/604 GT:27 GS:11 HC:60 AZ:14 PROT:32 SAL:1

20

Arroz con salsa de tomate
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.)
Fruta y pan

VE:3.173/759 GT:22 GS:5 HC:116 AZ:25 PROT:30 SAL:1

21

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta y pan

VE:3.127/748 GT:22 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1

22

Brócoli gratinado
Salchichas de pavo con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan integral

VE:2.855/683 GT:34 GS:9 HC:75 AZ:30 PROT:25 SAL:3

23

JORNADA HINDÚ
Dahl de lentejas hindú
Pollo al curry de Madras con arroz salteado
Lassi de plátano y pan integral

VE:3.093/740 GT:12 GS:3 HC:114 AZ:30 PROT:47 SAL:1

24

Coditos con salsa boloñesa de chorizo
Revuelto de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Yogur y pan

VE:2.985/714 GT:22 GS:6 HC:92 AZ:12 PROT:33 SAL:2

27

Sopa maravilla
Pollo rustido al romero con patatas asadas
Fruta y pan

VE:2.534/606 GT:10 GS:2 HC:91 AZ:27 PROT:41 SAL:2

28

Alubias estofadas con verduras
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.100/742 GT:22 GS:3 HC:116 AZ:30 PROT:29 SAL:1

29

Espaguetis a la amatriciana
Pavo a la plancha con salteado de verduras
Fruta (eco.) y pan integral

VE:3.180/761 GT:18 GS:4 HC:114 AZ:25 PROT:37 SAL:2

30

Crema de calabaza
Magro adobado con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan integral

VE:2.286/547 GT:10 GS:1 HC:83 AZ:27 PROT:37 SAL:2

31

Lentejas (eco) estofadas con verduras
Lomo a la plancha con arroz pilaf
Yogur y pan

VE:3.329/797 GT:20 GS:7 HC:109 AZ:10 PROT:40 SAL:1