

Sin Huevo

MES: Diciembre 2025 BARCELONA

| Lunes                                                                                                                                                 | Martes                                                                                                                                                                                                                    | Miércoles                                                                                                                                                                                                                  | Jueves                                                                                                                                                                      | Viernes                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>Arroz a la napolitana<br>Salmón al horno con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Yogur y pan<br>VE:3.055/731 GT:23 GS:5 HC:94 AZ:10 PROT:41 SAL:1 | 2<br>Lentejas a la riojana<br>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta y pan integral<br>VE:2.859/684 GT:18 GS:3 HC:92 AZ:25 PROT:45 SAL:1                                              | 3<br>Crema de calabaza (eco.)<br>Pasta (sin huevo) con salsa boloñesa de soja<br>Fruta y pan<br>VE:3.210/768 GT:20 GS:2 HC:123 AZ:39 PROT:26 SAL:2                                                                         | 4<br>Brócoli salteado<br>Fajitas de ternera con arroz<br>Fruta y pan integral<br>VE:3.240/775 GT:18 GS:4 HC:125 AZ:29 PROT:30 SAL:2                                         | 5<br>DIA DE LA CONSTITUCIÓN<br>Puchero andaluz con hierbabuena<br>Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan<br>VE:2.912/697 GT:13 GS:2 HC:110 AZ:28 PROT:36 SAL:1 |
| 8<br>FESTIVO                                                                                                                                          | 9<br>Guisantes salteados<br>Hamburguesa al horno con patatas fritas<br>Yogur y pan integral<br>VE:3.935/941 GT:46 GS:10 HC:104 AZ:18 PROT:43 SAL:2                                                                        | 10<br>Macarrones (sin huevo) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca)<br>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan<br>VE:3.241/775 GT:16 GS:1 HC:124 AZ:25 PROT:43 SAL:3 | 11<br>Sopa de cocido (sin huevo)<br>Cocido completo<br>Fruta (eco.) y pan<br>VE:3.016/721 GT:22 GS:7 HC:96 AZ:23 PROT:37 SAL:1                                              | 12<br>Arroz con pollo y cúrcuma<br>Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta y pan<br>VE:2.946/705 GT:11 GS:1 HC:115 AZ:25 PROT:35 SAL:2                        |
| 15<br>Crema de zanahoria (eco.)<br>Risotto de setas, soja texturizada y calabaza<br>Yogur y pan<br>VE:2.847/681 GT:13 GS:4 HC:110 AZ:19 PROT:25 SAL:1 | 16<br>Lentejas estofadas (tomate, cebolla, puerro, zanahoria, patata, calabacín, apio)<br>Estofado de pavo con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan integral<br>VE:3.123/747 GT:15 GS:3 HC:118 AZ:27 PROT:38 SAL:1 | 17<br>Espaguetis (sin huevo) con tomate<br>Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan<br>VE:4.255/1.018 GT:46 GS:7 HC:123 AZ:29 PROT:43 SAL:1                                                | 18<br>Salteado de judías verdes<br>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan integral<br>VE:2.452/587 GT:24 GS:3 HC:74 AZ:27 PROT:24 SAL:1 | 19<br>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD                                                                                                                                                                          |
| 22                                                                                                                                                    | 23                                                                                                                                                                                                                        | 24                                                                                                                                                                                                                         | 25                                                                                                                                                                          | 26                                                                                                                                                                                                     |
| 29                                                                                                                                                    | 30                                                                                                                                                                                                                        | 31                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                             | Tienen a su disposición la información de los alérgenos en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>                                                                  |