

MES: Enero 2026

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

NO HUEVO,FS,LENTEJAS Y
MARISCO. Tienen a su disposición la
información de los alérgenos en
elgustodecrecer@aramark.es

5

6

7

8

Arroz a la milanese
Lomo a la plancha con ensalada
de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.211/768 GT:20 GS:6 HC:114 AZ:26 PROT:35 SAL:1

9

Crema de verduras
Pechuga de pollo a la plancha
con ensalada de lechuga y
zanahoria
Yogur y pan

VE:2.320/555 GT:24 GS:5 HC:55 AZ:14 PROT:36 SAL:1

12

Macarrones (sin huevo) con
salsa de tomate
Abadejo a la plancha con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.337/798 GT:19 GS:2 HC:127 AZ:25 PROT:41 SAL:3

13

Salteado de judías verdes con
jamón
Albóndigas a la jardinera con
puré de patatas
Fruta (eco.) y pan

VE:2.759/660 GT:23 GS:9 HC:85 AZ:24 PROT:31 SAL:1

14

Sopa de pasta (sin huevo)
Estofado de pavo con ensalada
Fruta y pan

VE:2.371/567 GT:12 GS:3 HC:86 AZ:29 PROT:32 SAL:1

15

Arroz con magro
Filete de lenguadina a la
andaluza con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:2.942/704 GT:10 GS:1 HC:114 AZ:26 PROT:39 SAL:1

16

Alubias estofadas con verduras
Lomo a la plancha con ensalada
de lechuga y maíz
Yogur y pan

VE:2.967/710 GT:22 GS:7 HC:81 AZ:14 PROT:47 SAL:1

19

Arroz con salsa de tomate
Salmón al horno con ensalada
de lechuga y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.173/759 GT:19 GS:2 HC:116 AZ:25 PROT:38 SAL:1

20

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo
Fruta y pan

VE:3.124/747 GT:22 GS:7 HC:104 AZ:29 PROT:37 SAL:1

21

Crema de calabacín (eco.)
Estofado de pavo con patatas
asadas
Fruta y pan

VE:2.718/650 GT:17 GS:4 HC:95 AZ:29 PROT:31 SAL:1

22

JORNADA ITALIANA

Pasta (sin huevo) con salsa de
queso
Cazuelita de pollo a la pizzaiola
con ensalada de lechuga y maíz
Postre especial y pan

VE:3.431/821 GT:33 GS:9 HC:91 AZ:38 PROT:38 SAL:3

23

Patatas estofadas
Magro a la plancha con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:2.771/663 GT:21 GS:5 HC:91 AZ:26 PROT:29 SAL:1

26

Brócoli salteado
Magro a la plancha con ensalada
Yogur y pan

VE:2.103/503 GT:20 GS:7 HC:49 AZ:13 PROT:32 SAL:1

27

Alubias estofadas con verduras
Estofado de pavo con ensalada
de lechuga y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.167/758 GT:21 GS:4 HC:110 AZ:30 PROT:43 SAL:1

28

Sopa de pasta (sin huevo)
Pollo asado al romero con
patatas asadas
Fruta (eco.) y pan

VE:2.227/533 GT:11 GS:3 HC:82 AZ:22 PROT:26 SAL:1

29

Crema de calabaza (eco.)
Lomo al ajillo con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:2.207/528 GT:13 GS:3 HC:78 AZ:27 PROT:27 SAL:2

30

Arroz con salsa de tomate
Filete de lenguadina a la
andaluza con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:2.931/701 GT:11 GS:1 HC:117 AZ:25 PROT:35 SAL:1