

Sin Marisco

MES: Enero 2026

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es

5

6

7

8

9

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

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y zanahoria
Yogur y pan

VE:3.161/756 GT:21 GS:6 HC:112 AZ:25 PROT:36 SAL:1

VE:2.883/690 GT:25 GS:6 HC:88 AZ:12 PROT:35 SAL:1

12

13

14

15

16

Macarrones (integrales) con salsa de tomate
Abadejo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

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

Sopa de picadillo
Garbanzos estofados con salsa boloñesa de soja
Fruta y pan

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

Alubias estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz
Yogur y pan

VE:3.039/727 GT:14 GS:1 HC:112 AZ:26 PROT:39 SAL:1

VE:2.709/648 GT:24 GS:9 HC:83 AZ:24 PROT:32 SAL:1

VE:3.603/862 GT:13 GS:1 HC:134 AZ:33 PROT:36 SAL:1

VE:2.892/692 GT:11 GS:1 HC:112 AZ:25 PROT:40 SAL:1

VE:3.205/767 GT:25 GS:6 HC:96 AZ:15 PROT:41 SAL:1

19

20

21

22

23

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

Sopa de cocido con pasta integral
Cocido completo
Fruta y pan integral

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

JORNADA ITALIANA
Macarrones con salsa cuatro quesos
Cazuelita de pollo a la pizzaiola con ensalada de lechuga y maíz
Postre especial y pan integral

Lentejas a la riojana
Revuelto de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

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

VE:3.512/840 GT:23 GS:7 HC:125 AZ:30 PROT:41 SAL:2

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

VE:3.977/951 GT:30 GS:9 HC:112 AZ:33 PROT:63 SAL:2

VE:2.872/687 GT:19 GS:4 HC:96 AZ:27 PROT:33 SAL:2

26

27

28

29

30

Brócoli salteado
Espaguetis (integrales) con salsa boloñesa de soja
Yogur y pan

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

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

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

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

VE:3.483/833 GT:19 GS:4 HC:123 AZ:15 PROT:42 SAL:2

VE:3.050/730 GT:23 GS:3 HC:114 AZ:30 PROT:30 SAL:2

VE:2.179/521 GT:10 GS:3 HC:82 AZ:22 PROT:24 SAL:1

VE:2.157/516 GT:14 GS:3 HC:76 AZ:27 PROT:28 SAL:2

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