

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2026

BARCELONA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es						1 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
2 Judías verdes con refrito Lacón a la gallega con patatas al vapor Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:2.617/626 GT:16 GS:3 HC:95 AZ:21 PROT:33 SAL:3	3 Tallarines con boloñesa de jamón york Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.281/785 GT:31 GS:3 HC:104 AZ:27 PROT:39 SAL:2	4 Crema de zanahoria (eco.) Pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta VE:4.631/1.108 GT:57 GS:8 HC:117 AZ:32 PROT:35 SAL:1	5 Paella mixta Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:2.827/676 GT:13 GS:2 HC:110 AZ:25 PROT:28 SAL:1	6 Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.445/824 GT:26 GS:10 HC:105 AZ:15 PROT:43 SAL:2	7 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.181/522 GT:15 GS:4 HC:61 AZ:12 PROT:30 SAL:2	8 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:3.272/783 GT:5 GS:0 HC:155 AZ:26 PROT:27 SAL:2
9 Macarrones (integrales) con salsa pomodoro Lentejas estofadas con chorizo Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.454/587 GT:14 GS:3 HC:83 AZ:27 PROT:31 SAL:2	10 Crema de puerros Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:3.506/839 GT:27 GS:4 HC:118 AZ:30 PROT:39 SAL:1	11 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.859/684 GT:13 GS:1 HC:116 AZ:25 PROT:33 SAL:1	12 Arroz a la napolitana Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:2.181/522 GT:15 GS:4 HC:61 AZ:12 PROT:30 SAL:2	13 Sopa de picadillo Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta VE:2.963/709 GT:24 GS:6 HC:96 AZ:12 PROT:22 SAL:2	14 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:2.768/662 GT:14 GS:3 HC:97 AZ:28 PROT:41 SAL:1	15 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:2.926/700 GT:13 GS:3 HC:105 AZ:29 PROT:39 SAL:1
16 Brócoli salteado Ragout a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:2.909/696 GT:8 GS:0 HC:124 AZ:27 PROT:37 SAL:1	17 Macarrones (integrales) con salsa de quesos Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.479/832 GT:31 GS:9 HC:111 AZ:37 PROT:40 SAL:1	18 Crema de calabacín (eco.) Albóndigas veganas a la jardinera con patatas asadas Fruta y pan integral (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta VE:3.377/808 GT:32 GS:5 HC:92 AZ:28 PROT:42 SAL:1	19 Arroz con pollo Abadejo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta (eco.) y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos VE:2.808/672 GT:12 GS:1 HC:105 AZ:19 PROT:43 SAL:1	20 Garbanzos estofados a la riojana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:2.206/623 GT:12 GS:4 HC:84 AZ:12 PROT:41 SAL:2	21 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:2.321/718 GT:17 GS:3 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:1	22 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.321/718 GT:17 GS:3 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:1
23 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con guisantes salteados Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:2.909/696 GT:8 GS:0 HC:124 AZ:27 PROT:37 SAL:1	24 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.000/718 GT:17 GS:3 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:1	25 Crema de calabaza Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.377/808 GT:32 GS:5 HC:92 AZ:28 PROT:42 SAL:1	26 Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:3.562/852 GT:22 GS:7 HC:127 AZ:30 PROT:40 SAL:2	27 Espaguetis al ajillo Estofado de cerdo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta VE:2.606/623 GT:12 GS:4 HC:84 AZ:12 PROT:41 SAL:2	28 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:2.321/718 GT:17 GS:3 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:1	

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES