

MES: Marzo 2026

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

|                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2</b><br>Arroz con pavo y verduras<br>Tortilla francesa con queso gratinado con ensalada de lechuga y zanahoria rallada<br>Yogur y pan<br><br>VE:2.704/647 GT:22 GS:5 HC:88 AZ:12 PROT:22 SAL:1            | <b>3</b><br>Patatas estofadas<br>Filete de ternera con ensalada de lechuga, maíz y manzana<br>Fruta y pan integral<br><br>VE:2.447/585 GT:10 GS:1 HC:90 AZ:27 PROT:41 SAL:1 | <b>4</b><br>Sopa de estrellas<br>Pollo asado con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)<br>Fruta (eco.) y pan<br><br>VE:2.259/541 GT:10 GS:3 HC:70 AZ:21 PROT:40 SAL:1     | <b>5</b><br>Verduras salteadas<br>Estofado de pavo con patatas panaderas<br>Fruta y pan integral<br><br>VE:2.521/603 GT:18 GS:4 HC:86 AZ:32 PROT:31 SAL:2                                                                      | <b>6</b><br>Crema de calabacín (eco.)<br>Espaguetis (integrales) con boloñesa de soja<br>Fruta y pan<br><br>VE:3.758/899 GT:16 GS:2 HC:152 AZ:30 PROT:36 SAL:2          |
| <b>9</b><br>Espirales salteados al ajillo<br>Estofado de pavo con salteado de verduras<br>Fruta y pan<br><br>VE:3.772/902 GT:34 GS:7 HC:113 AZ:43 PROT:35 SAL:2                                               | <b>10</b><br>Gratén de coliflor con bechamel<br>Magro a la plancha con patatas dado<br>Fruta y pan integral<br><br>VE:4.058/971 GT:40 GS:9 HC:115 AZ:28 PROT:45 SAL:2       | <b>11</b><br>Sopa de fideos con pasta integral<br>Filete de ternera con ensalada de lechuga y aceitunas negras<br>Fruta y pan<br><br>VE:2.936/702 GT:14 GS:2 HC:103 AZ:27 PROT:42 SAL:1 | <b>12</b><br><b>JJGG CHINA</b><br>Arroz frito al estilo cantonés<br>Rollito de primavera con ensalada de col, zanahoria y mahonesa<br>Postre especial y pan integral<br><br>VE:4.162/996 GT:40 GS:8 HC:132 AZ:52 PROT:28 SAL:3 | <b>13</b><br>Crema de verduras<br>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz<br>Fruta y pan<br><br>VE:2.930/701 GT:27 GS:4 HC:93 AZ:30 PROT:24 SAL:1 |
| <b>16</b><br>Macarrones (integrales) con salsa de tomate y albahaca<br>Magro con ensalada de lechuga, jamón y queso<br>Yogur y pan<br><br>VE:3.223/771 GT:24 GS:7 HC:93 AZ:16 PROT:46 SAL:2                   | <b>17</b><br>Crema de verduras<br>Pollo asado al romero con patatas panaderas<br>Fruta y pan integral<br><br>VE:2.466/590 GT:19 GS:3 HC:85 AZ:28 PROT:25 SAL:1              | <b>18</b><br>Patatas estofadas<br>Lomo asado al ajillo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)<br>Fruta y pan<br><br>VE:2.677/641 GT:17 GS:5 HC:88 AZ:26 PROT:36 SAL:2  | <b>19</b><br>Arroz con salsa de tomate<br>Huevos gratinados al horno con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan integral<br><br>VE:3.532/845 GT:26 GS:5 HC:127 AZ:25 PROT:31 SAL:2                                          | <b>20</b><br>Crema de zanahoria (eco.) con picatostes<br>Filete de ternera con arroz<br>Fruta y pan<br><br>VE:3.199/765 GT:14 GS:2 HC:118 AZ:31 PROT:39 SAL:1           |
| <b>23</b><br>Patatas a la riojana con chorizo (tomate, pimiento, cebolla)<br>Estofado de pavo con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta (eco.) y pan<br><br>VE:2.844/680 GT:18 GS:5 HC:93 AZ:23 PROT:34 SAL:2 | <b>24</b><br>Sopa de fideos con pasta integral<br>Lomo a la plancha con ensalada<br>Yogur y pan integral<br><br>VE:2.597/621 GT:19 GS:7 HC:77 AZ:12 PROT:39 SAL:1           | <b>25</b><br>Puré de calabaza<br>Hamburguesa al horno con arroz salteado al ajillo<br>Fruta y pan<br><br>VE:2.429/581 GT:15 GS:4 HC:96 AZ:26 PROT:27 SAL:3                              | <b>26</b><br>Coditos con salsa boloñesa<br>Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria rallada<br>Fruta y pan integral<br><br>VE:3.236/774 GT:24 GS:4 HC:112 AZ:29 PROT:34 SAL:2                                | <b>27</b><br><b>NO LECTIVO</b>                                                                                                                                          |
| <b>30</b><br><b>FESTIVO</b>                                                                                                                                                                                   | <b>31</b><br><b>FESTIVO</b>                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                | SIN LEGUMBRES,PESCADO Y PLATANO. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>  |