

MES: Marzo 2026 BARCELONA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
2 Arroz con pavo y verduras Tortilla francesa con queso gratinado con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:2.771/663 GT:19 GS:2 HC:108 AZ:27 PROT:20 SAL:1	3 Lentejas a la jardinera Ragout de ternera con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos VE:3.042/728 GT:16 GS:4 HC:116 AZ:25 PROT:34 SAL:2	4 Sopa de estrellas Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta VE:2.535/607 GT:15 GS:3 HC:79 AZ:27 PROT:41 SAL:1	5 Guiso de alubias a la jardinera (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz) Filete de merluza al limón con patatas panaderas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.570/854 GT:25 GS:2 HC:120 AZ:27 PROT:41 SAL:4	6 Crema de calabacín (eco.) Lomo asado con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta VE:2.368/566 GT:20 GS:7 HC:58 AZ:13 PROT:34 SAL:2	7 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	8 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos
9 Espirales salteados al ajillo Filete de merluza al horno con salteado de verduras Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta VE:3.450/825 GT:29 GS:4 HC:107 AZ:42 PROT:36 SAL:2	10 Judías verdes con tomate Albóndigas a la hortelana con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:3.724/891 GT:44 GS:12 HC:95 AZ:30 PROT:33 SAL:1	11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.077/736 GT:23 GS:7 HC:103 AZ:30 PROT:37 SAL:1	12 Crema de zanahoria Estofado de pavo con arroz salteado Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.926/700 GT:14 GS:4 HC:111 AZ:32 PROT:30 SAL:1	13 Potaje de lentejas con dados de calabaza Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:3.156/755 GT:28 GS:7 HC:93 AZ:15 PROT:35 SAL:3	14 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	15 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos
16 Macarrones (integrales) con salsa de tomate y albahaca Abadejo al horno con ensalada de lechuga, jamón y queso Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.089/739 GT:19 GS:3 HC:107 AZ:31 PROT:41 SAL:2	17 Alubias estofadas con verduras Pollo asado al romero con patatas panaderas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:2.925/700 GT:12 GS:2 HC:113 AZ:29 PROT:38 SAL:1	18 Puré de verduras Lomo asado al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral (*) 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Fruta VE:2.516/602 GT:20 GS:5 HC:77 AZ:27 PROT:34 SAL:1	19 Arroz con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:3.024/723 GT:15 GS:2 HC:129 AZ:27 PROT:19 SAL:1	20 Garbanzos estofados Estofado de pavo con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta VE:3.228/772 GT:26 GS:7 HC:100 AZ:12 PROT:40 SAL:1	21 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	22 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos
23 Patatas estofadas con verduras Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.457/588 GT:13 GS:3 HC:88 AZ:26 PROT:35 SAL:3	24 Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.562/852 GT:22 GS:7 HC:127 AZ:30 PROT:40 SAL:2	25 Puré de calabaza Ragout de ternera con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:2.388/571 GT:14 GS:3 HC:83 AZ:28 PROT:34 SAL:3	26 Arroz con salsa de tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.266/781 GT:22 GS:4 HC:120 AZ:27 PROT:28 SAL:1	27 Macarrones con salsa de tomate Abadejo a la andaluza Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:2.722/651 GT:18 GS:4 HC:86 AZ:17 PROT:46 SAL:1	28 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	29 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos
30 FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	31 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos					
				Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es		

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