

MES: Octubre 2025

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN LEGUMBRES,PESCADO,
PLATANO Tienen a su disposición la
información de los alérgenos en el
teléfono 913751860 y en
elgustodecrecer@aramark.es

1

Sopa de fideos
Filete de ternera con ensalada
Fruta y pan

VE:2.167/518 GT:7 GS:1 HC:79 AZ:27 PROT:38 SAL:1

2

Arroz blanco con salsa de
tomate (apta)
Revuelto de picadillo con
ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta (eco.) y pan integral

VE:3.195/764 GT:23 GS:5 HC:119 AZ:22 PROT:28 SAL:2

3

Crema de calabacín (eco.)
Pechuga de pollo a la plancha
con pasta salteada
Fruta y pan

VE:2.449/586 GT:8 GS:1 HC:92 AZ:27 PROT:35 SAL:1

6

Patatas estofadas
Filetes rusos caseros con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Yogur y pan

VE:2.855/683 GT:22 GS:4 HC:81 AZ:11 PROT:34 SAL:3

7

Macarrones (integrales) con
salsa carbonara
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y cebolla
Fruta y pan integral

VE:3.105/743 GT:28 GS:5 HC:101 AZ:26 PROT:29 SAL:2

8

Crema de verduras
Lomo a la plancha con ensalada
Fruta y pan

VE:2.576/616 GT:22 GS:5 HC:77 AZ:29 PROT:30 SAL:1

9

Arroz blanco con salsa de
tomate (apta)
Jamoncitos de pollo al horno con
ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan integral

VE:3.236/774 GT:22 GS:3 HC:127 AZ:28 PROT:26 SAL:1

10

Verduras salteadas
Magro a la plancha con puré de
patatas
Fruta y pan

VE:2.575/616 GT:20 GS:6 HC:83 AZ:31 PROT:27 SAL:2

13

FESTIVO

14

Crema de calabaza (eco.)
Lomo a la plancha con ensalada
de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:2.251/539 GT:23 GS:7 HC:53 AZ:12 PROT:34 SAL:2

15

Verduras salteadas
Paella valenciana
Fruta y pan

VE:2.654/635 GT:10 GS:2 HC:112 AZ:31 PROT:25 SAL:4

16

Patatas estofadas
Revuelto de queso con
champiñones salteados
Fruta (eco.) y pan integral

VE:2.057/492 GT:8 GS:1 HC:82 AZ:21 PROT:28 SAL:2

17

Macarrones (integrales) con
salsa pesto
Estofado de pavo con ensalada
de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.223/771 GT:21 GS:4 HC:109 AZ:28 PROT:35 SAL:1

20

Crema de verduras
Estofado de pavo con arroz
integral salteado al ajillo
Yogur y pan

VE:2.734/654 GT:24 GS:7 HC:77 AZ:15 PROT:34 SAL:1

21

Espirales gratinados con salsa
de tomate (apta)
Tortilla de calabacín con
ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan integral

VE:3.312/792 GT:24 GS:4 HC:111 AZ:44 PROT:27 SAL:2

22

Crema de zanahoria
Magro a la plancha con ensalada
de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:2.767/662 GT:24 GS:6 HC:83 AZ:31 PROT:25 SAL:1

23

Sopa de fideos
Filete de ternera con ensalada
Fruta y pan integral

VE:2.116/506 GT:8 GS:1 HC:77 AZ:27 PROT:39 SAL:1

24

Arroz blanco con salsa de
tomate (apta)
Lomo a la plancha con ensalada
de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.346/800 GT:16 GS:4 HC:129 AZ:28 PROT:33 SAL:1

27

Macarrones (integrales) con
salsa de zanahoria
Estofado de pavo con ensalada
de lechuga y pimiento
Yogur y pan

VE:3.039/727 GT:23 GS:6 HC:90 AZ:13 PROT:38 SAL:2

28

Crema de calabacín
Tortilla francesa de jamón york
con ensalada de lechuga y
queso
Fruta y pan integral

VE:2.509/600 GT:27 GS:6 HC:71 AZ:29 PROT:24 SAL:2

29

Sopa de fideos
Arroz con pollo al curry
Fruta y pan

VE:2.579/617 GT:3 GS:0 HC:127 AZ:28 PROT:20 SAL:1

30

Crema de puerros
Albóndigas caseras con patatas
dado
Fruta (eco.) y pan integral

VE:3.436/822 GT:40 GS:10 HC:89 AZ:22 PROT:31 SAL:1

31

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

VE:2.537/607 GT:16 GS:4 HC:89 AZ:26 PROT:29 SAL:1