

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Marzo 2026 - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Arroz tres delicias Albóndigas de merluza Fruta y pan integral	3 Sopa de cocido con pasta integral (eco.) Cocido completo Fruta y pan	4 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	5 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la donostiarra Fruta y pan integral	6 Crema de zanahoria (eco.) - Coditos con boloñesa de soja Fruta y pan	VE: 3030/725 GT: 18 GS: 3 HC: 110 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 1
9 - Lentejas estofadas - Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan integral	10 Patatas revolconas Pollo asado al romero Fruta y pan	11 Macarrones al ajillo Veggie albóndigas con tomate Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	12 Sopa de ave Lomo en salsa Fruta y pan integral	13 Alubias pintas estofadas Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos Fruta y pan	VE: 2726/652 GT: 17 GS: 3 HC: 95 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2
16 Crema de calabaza Abadejo a la andaluza Fruta y pan integral	17 Lentejas estofadas con verduras Pastel de patata y boloñesa de legumbre Fruta y pan	18 Arroz a la napolitana Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y maíz Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	19 Sopa de cocido con pasta integral (eco.) Cocido completo Fruta y pan integral	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y cebolla Fruta y pan	VE: 2987/714 GT: 19 GS: 3 HC: 110 AZ: 28 PROT: 31 SAL: 1
23 Sopa de pescado con pasta Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan integral	24 Alubias pintas estofadas Albóndigas de merluza con salsa de tomate Fruta y pan	25 Crema de calabacín (eco.) Paella de verduras Yogur natural sin azúcar o fruta y pan	26 Tallarines gratinados Pollo asado al limón Fruta y pan integral	27 NO LECTIVO	VE: 2856/683 GT: 17 GS: 3 HC: 98 AZ: 32 PROT: 33 SAL: 1
30 FESTIVO	31 FESTIVO			Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0