

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Espaguetis con salsa de tomate Guisantes salteados con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce Sautéed peas with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	3 Ensalada completa Alubias estofadas con verduras Fruta y pan Chef salad Stewed beans with vegetables Fruit and bread	4 Arroz con salsa de tomate Menestra de verduras con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Minestrone with green salad with olives Fruit and wholemeal bread	5 Sopa de fideos Garbanzos salteados con ensalada Fruta (eco.) y pan Noodle soup Sautéed chickpeas with salad Fruit and bread	6 Crema de calabaza Judías verdes con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Green beans with french fries Fruit and bread	VE: 2583/618 GT: 10 GS: 1 HC: 116 AZ: 29 PROT: 21 SAL: 2
9 Lentejas a la jardinera Ensalada completa Fruta y pan Vegetables lentils Chef salad Fruit and bread	10 Coliflor salteada Menestra de verduras con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Sautéed cauliflower Minestrone with sautéed rice Fruit and bread	11 Sopa de fideos Garbanzos estofados con verduras Fruta y pan integral Noodle soup Stewed chickpeas with vegetables Fruit and wholemeal bread	12 FESTIVO	13 NO LECTIVO	VE: 2401/574 GT: 7 GS: 1 HC: 111 AZ: 28 PROT: 20 SAL: 2
16 Arroz con salsa de tomate Guisantes salteados con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan Rice with tomato sauce Sautéed peas with lettuce & carrot Fruit and bread	17 Alubias pintas estofadas Ensalada completa Fruta y pan Stewed pinto beans Chef salad Fruit and bread	18 Sopa de estrellas Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan integral Star pasta soup Lentils with vegetables Fruit and wholemeal bread	19 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Menestra de verduras con ensalada Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Minestrone with salad Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Garbanzos salteados con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Sautéed chickpeas with diced potatoes Fruit and bread	VE: 2782/665 GT: 12 GS: 1 HC: 123 AZ: 30 PROT: 22 SAL: 1
23 Patatas estofadas Menestra de verduras con champiñones salteados Fruta y pan Stewed potatoes Minestrone with sautéed mushrooms Fruit and bread	24 Crema de zanahoria Alubias estofadas con verduras con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Stewed beans with vegetables with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	25 Sopa de fideos Garbanzos estofados con verduras Fruta y pan integral Noodle soup Stewed chickpeas with vegetables Fruit and wholemeal bread	26 Arroz con salsa de tomate Judías verdes con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Green beans with lettuce & olives Fruit and bread	27 Lentejas estofadas con verduras Ensalada completa con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chef salad with french fries Fruit and bread	VE: 2768/662 GT: 11 GS: 1 HC: 122 AZ: 31 PROT: 24 SAL: 1
30 Espirales con tomate Menestra de verduras con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Fruta y pan Spirals with tomato sauce Minestrone with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Fruit and bread	31 Alubias estofadas con verduras Ensalada completa con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Chef salad with potatoes Fruit and bread			VEGANO. Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 2879/689 GT: 13 GS: 1 HC: 123 AZ: 29 PROT: 24 SAL: 1

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

2 Espaguetis salteados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Sautéed spaguetti Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread	3 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread	4 Paella mixta Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Mixed paella Baked hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread	5 Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread	6 Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread	VE: 2864/685 GT: 20 GS: 4 HC: 97 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
9 Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce salad with onion Yoghurt and bread	10 Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread	11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread	12 FESTIVO	13 NO LECTIVO	VE: 3273/783 GT: 22 GS: 6 HC: 106 AZ: 21 PROT: 44 SAL: 2
16 Arroz blanco Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan White rice Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread	17 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	18 Sopa de estrellas Pollo asado al romero con salteado de verduras Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with sautéed vegetables Fruit and wholemeal bread	19 Macarrones (integrales) con salsa carbonara Caballa a la plancha con ensalada Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Grilled mackerel with salad Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3180/761 GT: 26 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2
23 Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread	24 Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	25 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread	26 Arroz blanco Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan White rice Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread	27 Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread	VE: 3354/802 GT: 30 GS: 5 HC: 105 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1
30 Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga y pimiento Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce and pepper salad Yoghurt and bread	31 Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread			Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3268/782 GT: 25 GS: 4 HC: 99 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1

Menú Adaptado

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Abadejo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Spaghetti au gratin Baked haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Paella mixta Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Mixed paella Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas asadas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with roasted potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2873/687 GT: 19 GS: 4 HC: 97 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3252/778 GT: 20 GS: 6 HC: 106 AZ: 21 PROT: 44 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Baked sole fillet with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas asadas Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with roasted potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2901/694 GT: 19 GS: 4 HC: 96 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Abadejo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Baked haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas asadas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with roasted potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2906/695 GT: 17 GS: 4 HC: 102 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con patatas asadas Fruta y pan Braised beans with vegetables French omelette with roasted potatoes Fruit and bread</p>			<p>SIN FRITOS NI REBOZADOS Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 2938/703 GT: 17 GS: 3 HC: 99 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Espaguetis con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Spaghetti with tomato sauce Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread	3 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	4 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread	5 Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread	6 Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread	VE: 2845/681 GT: 18 GS: 2 HC: 102 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 2
9 Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur de soja y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Soy yoghurt and bread	10 Coliflor salteada Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Sautéed cauliflower Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread	11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread	12 FESTIVO	13 NO LECTIVO	VE: 2878/688 GT: 19 GS: 4 HC: 91 AZ: 19 PROT: 38 SAL: 2
16 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur de soja y pan Rice with tomato sauce Baked sole fillet with lettuce & carrot Soy yoghurt and bread	17 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	18 Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread	19 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 3015/721 GT: 21 GS: 4 HC: 97 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2
23 Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Postre especial y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Special desserts and bread	24 Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	25 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread	26 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread	27 Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread	VE: 3356/803 GT: 31 GS: 5 HC: 103 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 1
30 Espirales con tomate Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur de soja y pan Spirals with tomato sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Soy yoghurt and bread	31 Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread			Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3130/749 GT: 21 GS: 2 HC: 99 AZ: 17 PROT: 39 SAL: 1

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Magro a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Spaghetti au gratin Grilled lean with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3003/718 GT: 22 GS: 5 HC: 97 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3085/738 GT: 18 GS: 5 HC: 105 AZ: 21 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomo a la plancha con ensalada Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Grilled tenderloin with salad Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2922/699 GT: 21 GS: 5 HC: 96 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Patatas estofadas Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Stewed potatoes Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Magro a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Grilled lean with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3163/757 GT: 24 GS: 5 HC: 102 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Grilled turkey with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3176/760 GT: 23 GS: 4 HC: 102 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Magro a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Spaghetti au gratin Grilled lean with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3003/718 GT: 22 GS: 5 HC: 97 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3085/738 GT: 18 GS: 5 HC: 105 AZ: 21 PROT: 40 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomo a la plancha con ensalada Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Grilled tenderloin with salad Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2922/699 GT: 21 GS: 5 HC: 96 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Patatas estofadas Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Stewed potatoes Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Magro a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Grilled lean with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3163/757 GT: 24 GS: 5 HC: 102 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Grilled turkey with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3176/760 GT: 23 GS: 4 HC: 102 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread	3 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread	4 Arroz con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread	5 Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread	6 Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread	VE: 2952/706 GT: 20 GS: 4 HC: 98 AZ: 28 PROT: 35 SAL: 2
9 Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread	10 Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread	11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread	12 FESTIVO	13 NO LECTIVO	VE: 3252/778 GT: 20 GS: 6 HC: 106 AZ: 21 PROT: 44 SAL: 2
16 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Baked sole fillet with lettuce & carrot Yoghurt and bread	17 Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	18 Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread	19 Macarrones (integrales) con salsa carbonara Ventresca de merluza al horno con ensalada Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Baked hake with salad Fruit and bread	20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread	VE: 2964/709 GT: 21 GS: 5 HC: 98 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 1
23 Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread	24 Crema de zanahoria Escalope a la milanese con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanese style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread	25 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread	26 Arroz a la milanese Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread	27 Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread	VE: 3351/802 GT: 31 GS: 5 HC: 103 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1
30 Espirales al pesto Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Baked hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread	31 Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread			Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	VE: 3190/763 GT: 23 GS: 4 HC: 101 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 1

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Paella mixta Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Mixed paella Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2956/707 GT: 21 GS: 4 HC: 97 AZ: 28 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3061/732 GT: 21 GS: 6 HC: 96 AZ: 22 PROT: 42 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3198/765 GT: 26 GS: 5 HC: 100 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanese con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanese style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanese Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Crema de verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3237/774 GT: 31 GS: 5 HC: 97 AZ: 29 PROT: 36 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3272/783 GT: 25 GS: 4 HC: 100 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread</p>	<p>3</p> <p>Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Vegetables cream Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa casera con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Homemade hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2778/665 GT: 20 GS: 3 HC: 92 AZ: 27 PROT: 32 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de fideos Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Noodle soup Grilled tenderloin with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 2753/659 GT: 20 GS: 5 HC: 87 AZ: 20 PROT: 38 SAL: 3</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Patatas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed potatoes Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas caseras con patatas dado Fruta y pan Carrot cream Homemade meatballs with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3151/754 GT: 26 GS: 5 HC: 98 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de fideos Filete de ternera con ensalada Fruta y pan integral Noodle soup Beef steak with salad Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Crema de verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3021/723 GT: 28 GS: 4 HC: 91 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Crema de verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Vegetables cream Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 2999/717 GT: 26 GS: 4 HC: 88 AZ: 19 PROT: 33 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Spaghetti with tomato sauce Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2845/681 GT: 18 GS: 2 HC: 102 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur de soja y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Soy yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Coliflor salteada Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Sautéed cauliflower Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 2878/688 GT: 19 GS: 4 HC: 91 AZ: 19 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur de soja y pan Rice with tomato sauce Baked sole fillet with lettuce & carrot Soy yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3015/721 GT: 21 GS: 4 HC: 97 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Postre especial y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Special desserts and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3356/803 GT: 31 GS: 5 HC: 103 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales con tomate Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur de soja y pan Spirals with tomato sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Soy yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3130/749 GT: 21 GS: 2 HC: 99 AZ: 17 PROT: 39 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

<p>2</p> <p>Espaguetis (sin huevo) con tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Spaghetti with tomatoes (without egg) Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled turkey with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Pasta soup (without egg) Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2956/707 GT: 20 GS: 3 HC: 100 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Chicken breast with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Coliflor salteada Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Sautéed cauliflower Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 2791/668 GT: 17 GS: 4 HC: 93 AZ: 20 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Magro a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Grilled lean with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de pasta (sin huevo) Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Pasta soup (without egg) Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3166/757 GT: 25 GS: 5 HC: 99 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Pavo a la plancha con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Grilled turkey with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan integral "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Abadejo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Baked haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2946/705 GT: 17 GS: 3 HC: 103 AZ: 29 PROT: 38 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Magro a la plancha con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled lean with potatoes Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3017/722 GT: 21 GS: 5 HC: 95 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate Abadejo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur desnatado y pan Spaghetti with tomato sauce Baked haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Low-fat yoghurt and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Braised beans with vegetables French omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Paella mixta Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Mixed paella Baked hake with green salad with olives Fruit and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas asadas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with roasted potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2618/626 GT: 14 GS: 2 HC: 94 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la jardinera Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur desnatado y pan Vegetables lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Low-fat yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Coliflor salteada Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Sautéed cauliflower Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 2757/660 GT: 17 GS: 4 HC: 89 AZ: 20 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur desnatado y pan Rice with tomato sauce Baked sole fillet with lettuce & carrot Low-fat yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan integral Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas asadas Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with roasted potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2857/683 GT: 17 GS: 4 HC: 97 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Tortilla francesa con champiñones salteados Yogur desnatado y pan Marmitako tuna French omelette with sautéed mushrooms Low-fat yoghurt and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan integral "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) Fruit and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas asadas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with roasted potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 2754/659 GT: 15 GS: 3 HC: 96 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales con tomate Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur desnatado y pan Spirals with tomato sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Low-fat yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con patatas asadas Fruta y pan Braised beans with vegetables French omelette with roasted potatoes Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 2769/662 GT: 12 GS: 1 HC: 100 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Biscayne style hake with green salad with olives Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2898/693 GT: 19 GS: 3 HC: 98 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3269/782 GT: 20 GS: 6 HC: 107 AZ: 21 PROT: 44 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3208/767 GT: 26 GS: 5 HC: 100 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Milanese rice Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3362/804 GT: 30 GS: 5 HC: 103 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3272/783 GT: 25 GS: 4 HC: 100 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis salteados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Sautéed spaguetti Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz blanco Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan White rice Baked hake with green salad with olives Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2817/674 GT: 17 GS: 3 HC: 100 AZ: 24 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce salad with onion Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3290/787 GT: 21 GS: 6 HC: 106 AZ: 21 PROT: 43 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz blanco Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan White rice Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con salteado de verduras Fruta y pan Star pasta soup Rosemary grilled chicken with sautéed vegetables Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Caballa a la plancha con ensalada Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Grilled mackerel with salad Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3190/763 GT: 26 GS: 5 HC: 101 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanese con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanese style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz blanco Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan White rice Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3364/805 GT: 30 GS: 5 HC: 105 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga y pimiento Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce and pepper salad Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>SIN FS, TOMATE, LTP Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3268/782 GT: 25 GS: 4 HC: 99 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Espaguetis gratinados Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre especial y pan Spaghetti au gratin Andalusian style haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Special desserts and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz Fruta (eco.) y pan Soup with ham & egg bits Grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa casera con patatas fritas Fruta y pan Pumpkin soup Homemade hamburger with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 2927/700 GT: 20 GS: 3 HC: 97 AZ: 27 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la riojana (eco.) Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread</p>	<p>10</p> <p>Gratén de coliflor con bechamel Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan Cauliflower cheese with bechamel sauce Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 3269/782 GT: 20 GS: 6 HC: 107 AZ: 21 PROT: 44 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan Rice with tomato sauce Cod delights with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de estrellas Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan Star pasta soup Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa carbonara Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with carbonara sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas caseras con patatas dado Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Homemade meatballs with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>VE: 3208/767 GT: 26 GS: 5 HC: 100 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Patatas estofadas Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan Stewed potatoes Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Escalope a la milanesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Milanesa style breaded steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread</p>	<p>VE: 3308/791 GT: 30 GS: 5 HC: 103 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Espirales al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan Pasta spirals with pesto sauce Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread</p>			<p>SIN FS, GUISANTE, SOJA, KIWI, PLATANO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3272/783 GT: 25 GS: 4 HC: 100 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 1</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Pasta (sin gluten) gratinada Abadejo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan (sin gluten) Pasta au gratin (gluten free) Baked haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread (gluten free)</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 3075/736 GT: 27 GS: 6 HC: 101 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Crema de verduras Revuelto de atún con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan (sin gluten) Vegetables cream Scrambled eggs with tuna with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>10</p> <p>Coliflor salteada Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan (sin gluten) Sautéed cauliflower Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 2833/678 GT: 25 GS: 7 HC: 82 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Baked sole fillet with lettuce & carrot Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>18</p> <p>Sopa de pasta (sin gluten) Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>19</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate Lomos de caballa en salsa de tomate Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Mackerel fillets in tomato sauce Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 3212/768 GT: 28 GS: 7 HC: 96 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Marmitako de atún Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan (sin gluten) Marmitako tuna Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread (gluten free)</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Abadejo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Milanese rice Baked haddock with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>27</p> <p>Crema de verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 2942/704 GT: 23 GS: 6 HC: 95 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Pasta (sin gluten) al pesto Merluza a la bilbaína con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco) Yogur y pan (sin gluten) Pasta (without gluten) with pesto Bilbain's style hake with lettuce, tomato and pepper salad (eco) Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3191/763 GT: 30 GS: 6 HC: 91 AZ: 18 PROT: 36 SAL: 2</p>

MES: Octubre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Pasta (sin gluten) gratinada Magro a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan (sin gluten) Pasta au gratin (gluten free) Grilled lean with lettuce, carrot & sweetcorn Ice cream and bread (gluten free)</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>4</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled tenderloin with green salad with olives Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>5</p> <p>Sopa de picadillo (sin gluten) Pollo asado con menestra de verduras salteadas Fruta (eco.) y pan (sin gluten) Broth with ham & egg bits (gluten free) Grilled chicken with vegetable stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabaza Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Pumpkin soup Baked hamburger with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 3134/750 GT: 29 GS: 8 HC: 100 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Yogur y pan (sin gluten) Vegetables cream French omelette with lettuce, tomato & onion salad Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>10</p> <p>Coliflor salteada Estofado de pavo con arroz salteado Fruta (eco.) y pan (sin gluten) Sautéed cauliflower Turkey stew with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>VE: 2665/638 GT: 23 GS: 6 HC: 82 AZ: 21 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Yogur y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled turkey with lettuce & carrot Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Stewed pinto beans Ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>18</p> <p>Sopa de pasta (sin gluten) Pollo asado al romero con pisto Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Rosemary grilled chicken with ratatouille Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>19</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate Lomo a la plancha con ensalada Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Grilled tenderloin with salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Braised green beans, carrots & potatoes Beef meatballs with gravy with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 3085/738 GT: 27 GS: 7 HC: 95 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Patatas estofadas Revuelto de picadillo con champiñones salteados Flan y pan (sin gluten) Stewed potatoes Scrambled eggs with meat with sautéed mushrooms Crème caramel and bread (gluten free)</p>	<p>24</p> <p>Crema de zanahoria Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Magro a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Milanese rice Grilled lean with lettuce & olives Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>27</p> <p>Crema de verduras Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Vegetables cream Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>VE: 2946/705 GT: 24 GS: 6 HC: 93 AZ: 28 PROT: 32 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Pasta (sin gluten) al pesto Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y pimiento (eco.) Yogur y pan (sin gluten) Pasta (without gluten) with pesto Grilled turkey with lettuce, tomato and pepper salad (eco.) Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos rotos con patatas Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Scrambled eggs with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>			<p>SIN GLUTEN, PESCADO Y MARISCO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>	<p>VE: 3095/740 GT: 28 GS: 6 HC: 93 AZ: 20 PROT: 34 SAL: 2</p>