

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark 

MES: Noviembre 2023

CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>		1 <b>FESTIVO</b>	2 Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Baked lacón pork with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and wholemeal bread	3 Crema de calabacín Pollo al ajillo con patatas fritas Fruta (eco.) y pan Zucchini cream Chicken in garlic sauce with french fries Fruit and bread	VE: 3085/738 GT: 22 GS: 4 HC: 100 AZ: 23 PROT: 37 SAL: 2
6 Coditos a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Elbow macaroni with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread	7 Lentejas estofadas con arroz Tortilla francesa de queso con brócoli salteado Fruta y pan Lentil soup with rice Cheese omelette with sautéed broccoli Fruit and bread	8 Sopa de fideos Hamburguesa a la plancha con puré de patatas Fruta (eco.) y pan integral Noodle soup Grilled hamburger with mashed potatoes Fruit and wholemeal bread	9 Alubias estofadas con verduras Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Braised beans with vegetables Cod delights with lettuce & olives Fruit and bread	10 Crema de calabaza Lomo asado a las finas hierbas con arroz salteado Fruta y pan Pumpkin soup Roasted pork loin with fine herbs with sautéed rice Fruit and bread	VE: 3083/738 GT: 26 GS: 4 HC: 103 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 2
13	14	15	16	17	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
20	21	22	23	24	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
27	28	29	30		VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0