

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2026



MARISTAS CHAMPAGNAT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es</p> <p>LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.</p>		<p>1</p> <p>FESTIVO</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy</p>	<p>2</p> <p>FESTIVO</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit</p>	<p>3</p> <p>FESTIVO</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit</p>	<p>4</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>5</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>
<p>6</p> <p>NO LECTIVO</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Dairy</p>	<p>7</p> <p>Arroz a la napolitana Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan integral Napolitan rice Ham croquettes with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p> <p>VE:3.894/932 GT:37 GS:5 HC:133 AZ:30 PROT:19 SAL:2</p>	<p>8</p> <p>Crema de zanahoria y calabaza con picatostes Veggie albóndigas con tomate con patatas campesinas Fruta (eco.) y pan Cream of carrot & butternut squash with croutons Veggie meatballs with tomato with peasant potatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:3.267/782 GT:32 GS:2 HC:100 AZ:28 PROT:22 SAL:3</p>	<p>9</p> <p>Macarrones (integrales) con chorizo Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with chorizo sausage Salmon in orange juice with green salad with olives Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:3.262/780 GT:28 GS:4 HC:96 AZ:25 PROT:33 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Guiso de lentejas al toque de manzana Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentil stew with apple Scrambled eggs with turkey with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p> <p>VE:2.652/634 GT:15 GS:2 HC:96 AZ:28 PROT:31 SAL:2</p>	<p>11</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>12</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>
<p>13</p> <p>Paella mixta Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Mixed paella Battered & fried yellowfin sole with lettuce and beets Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:3.871/926 GT:29 GS:5 HC:125 AZ:25 PROT:43 SAL:1</p>	<p>14</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p> <p>VE:3.073/735 GT:25 GS:6 HC:89 AZ:14 PROT:40 SAL:1</p>	<p>15</p> <p>Espaguetis (integrales) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Filete de merluza a la griega con guisantes salteados Yogur y pan Whole grain spaguettis with tomato and beef sauce Hake fillet greek style with sautéed peas Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:3.093/740 GT:20 GS:4 HC:104 AZ:15 PROT:43 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Crema de puerros con zanahoria y calabacín Burrito vegano con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Cream of leek with carrot & zucchini squash Textured soy burrito with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Fruta</p> <p>VE:2.901/694 GT:12 GS:2 HC:116 AZ:36 PROT:28 SAL:2</p>	<p>17</p> <p>Sopa minestrone Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas Fruta y pan Minestrone soup Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.580/617 GT:9 GS:2 HC:93 AZ:28 PROT:42 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>19</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>
<p>20</p> <p>Crema de zanahoria (eco.) Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Carrot cream Roasted pork loin with fine herbs with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:2.810/672 GT:24 GS:5 HC:86 AZ:31 PROT:26 SAL:1</p>	<p>21</p> <p>Sopa de cocido con pasta integral Cocido completo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral "Cocido" soup with wheat pasta Full course "cocido" stew with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p> <p>VE:3.562/852 GT:25 GS:8 HC:121 AZ:29 PROT:39 SAL:2</p>	<p>22</p> <p>Arroz tres delicias Abadejo a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Chinese fried rice Andalusian style haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.704/647 GT:18 GS:5 HC:89 AZ:10 PROT:37 SAL:2</p>	<p>23</p> <p>DIA DE CERVANTES</p> <p>Lentejas estofadas al estilo del Quijote Duelos y Quebrantos con patatas panaderas Fruta y pan integral Stewed lentils Don Quixote style Duelos y Quebrantos with roasted potatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.845/681 GT:17 GS:4 HC:92 AZ:27 PROT:38 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas Espaguetis (integrales) con boloñesa de soja Fruta y pan Sautéed green beans, carrots, peas & potatoes whole grain spaguettis with say bolognese Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.864/685 GT:5 GS:0 HC:129 AZ:36 PROT:104 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>
<p>27</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Huevos rotos con jamón con patatas fritas Fruta (eco.) y pan Stewed lentils Scrambled eggs with potatoes & ham with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:4.520/1.081 GT:55 GS:7 HC:119 AZ:21 PROT:30 SAL:1</p>	<p>28</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa pomodoro Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce Biscayne style hake with lettuce, carrot & olives Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.954/707 GT:18 GS:5 HC:105 AZ:26 PROT:32 SAL:2</p>	<p>29</p> <p>Crema de calabaza (eco.) Garbanzos estofados con quinoa y verduras Yogur y pan Pumpkin soup (eco.) Stewed chickpeas with quinoa and vegetables Yoghurt and bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.590/620 GT:19 GS:5 HC:89 AZ:20 PROT:24 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>Sopa de estrellas Pollo en pepitoria con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan integral Star pasta soup Chicken fricassee with lettuce & cheese Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p> <p>VE:2.688/643 GT:13 GS:11 HC:89 AZ:27 PROT:42 SAL:2</p>			

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES