

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2025

- Nombre del Colegio -

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Valoración |
|--|---|---|---|---|--|
| | | | | | VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0 |
| 3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha Fruta y pan | 4 Crema de espinacas Pollo guisado con verduras Yogur y pan | 5 Alubias estofadas con verduras Gratinado de salmón al horno con parmentier de patata al romero Fruta y pan | 6 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan | 7 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Fruta y pan | VE: 2708/648 GT: 16 GS: 4 HC: 92 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2 |
| 10 Salteado de judías verdes con tomate Revuelto de atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan | 11 Espiraes gratinados Filete de caballa con refrito de ajo con brócoli salteado Yogur y pan | 12 Lentejas estofadas con verduras Magro con patatas dado Fruta y pan | 13 Crema de calabacín Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan | 14 Garbanzos estofados Delicias de bacalao con pisto Fruta y pan | VE: 3301/790 GT: 26 GS: 4 HC: 95 AZ: 24 PROT: 42 SAL: 1 |
| 17 - Crema de zanahoria y manzana Filete de merluza al limón con arroz salteado Fruta y pan | 18 Alubias pintas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan | 19 Arroz tres delicias Limanda al horno con champiñones salteados Fruta y pan | 20 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan | 21 Salteado de acelgas con patatas Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan | VE: 3102/742 GT: 21 GS: 5 HC: 108 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2 |
| 24 Crema parmentier Abadejo al horno con salteado de verduras Fruta y pan | 25 Lentejas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera con patatas asadas Yogur y pan | 26 Espaguetis gratinados Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan | 27 Sopa de cocido Cocido completo con repollo salteado Yogur y pan | 28 Salteado de judías verdes Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan | VE: 2894/692 GT: 21 GS: 5 HC: 91 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2 |