

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2022



COLEGIO: VILLAMADRID

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	1 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with green salad with olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos VE:3.493/836 GT:26 GS:1 HC:124 AZ:29 PROT:30 SAL:3	2 Espaguetis con salsa de queso Palometa con salsa de tomate con champiñones salteados Yogur y pan Spaguetti with cheese Pomfret with tomato sauce with sautéed mushrooms Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta VE:3.107/743 GT:16 GS:4 HC:104 AZ:11 PROT:45 SAL:4	3 Crema de verduras con picatostes Pollo a la catalana con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Vegetables cream with croutons Catalan style Chicken with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos VE:2.817/674 GT:18 GS:3 HC:87 AZ:30 PROT:43 SAL:1	4 Arroz con salsa de tomate Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y tomate Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Tenderloin with garlic with lettuce & tomatoes Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:3.280/785 GT:22 GS:6 HC:115 AZ:23 PROT:34 SAL:3	5 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	6 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos
7 Crema de zanahoria y calabaza Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas fritas Fruta y pan Cream of carrot & butternut squash Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with french fries Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:3.173/759 GT:28 GS:4 HC:86 AZ:27 PROT:42 SAL:1	8 Macarrones a la boloñesa Fogonero al horno con salteado de verduras Gelatina de fresa y pan Macaroni bolognese Baked pollack with sautéed vegetables Strawberry jelly and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.949/706 GT:12 GS:1 HC:105 AZ:25 PROT:44 SAL:3	9 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta VE:2.985/714 GT:25 GS:9 HC:79 AZ:14 PROT:43 SAL:2	10 Salteado de judías verdes con zanahoria y calabacín Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Sauteed green beans with carrot & zucchini squash Battered & fried hake with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:2.876/688 GT:23 GS:2 HC:244 AZ:32 PROT:32 SAL:2	11 Paella mixta Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Profiteroles y pan Mixed paella Zucchini omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Cream puffs and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.435/822 GT:35 GS:3 HC:102 AZ:7 PROT:22 SAL:2	12 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	13 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta
14 Lentejas estofadas con boniato Estofado de cerdo con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Lentils stew with sweet potato Pork stew with lettuce & olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:3.349/801 GT:20 GS:3 HC:114 AZ:25 PROT:45 SAL:3	15 Espaguetis con salsa de tomate con queso Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce with cheese Andalusian style sole with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos VE:3.537/846 GT:21 GS:4 HC:125 AZ:26 PROT:44 SAL:3	16 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Braised beans with vegetables Ham omelette with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:2.636/631 GT:15 GS:4 HC:85 AZ:14 PROT:40 SAL:2	17 Crema de verduras Albóndigas de ternera con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Beef meatballs with sautéed rice Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.181/761 GT:23 GS:8 HC:110 AZ:28 PROT:31 SAL:2	18 Sopa de picadillo Salchichas frescas al horno con patatas panaderas Postre lácteo y pan Soup with ham & egg bits Baked fresh sausage with roasted potatoes Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.021/723 GT:32 GS:9 HC:77 AZ:23 PROT:31 SAL:5	19 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	20 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
21 Espirales al pesto Abadejo a la andaluza con guisantes salteados Fruta y pan Pasta spirals with pesto sauce Andalusian style haddock with sautéed peas Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos VE:3.235/774 GT:17 GS:2 HC:120 AZ:28 PROT:43 SAL:2	22 Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Gelatina de fresa y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Strawberry jelly and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:2.253/539 GT:10 GS:2 HC:85 AZ:24 PROT:28 SAL:2	23 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la donostiarra con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Rice with tomato sauce Grilled and baked hake with garlic & hot pepper gravy with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.177/760 GT:25 GS:5 HC:97 AZ:10 PROT:36 SAL:3	24 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.102/742 GT:21 GS:6 HC:101 AZ:29 PROT:40 SAL:2	25 NO LECTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	26 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	27 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos
28 NO LECTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit						

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES