

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2022



COLEGIO: VILLAMADRID

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
2 FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit VE:3.906/934 GT:37 GS:5 HC:136 AZ:28 PROT:21 SAL:2	3 Lentejas estofadas (calabacín, pimiento, tomate, patata) San Jacobo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed lentils Cooked breaded ham & cheese escalope with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta VE:3.906/934 GT:37 GS:5 HC:136 AZ:28 PROT:21 SAL:2	4 Espaguetis a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y quinoa Yogur y pan Napolitan spaghetti French omelette with lettuce salad with sweetcorn & quinoa Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:2.568/614 GT:13 GS:4 HC:91 AZ:11 PROT:30 SAL:1	5 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:1	6 Arroz tres delicias Albóndigas de merluza y sepia con tomate con patatas dado Helado y pan Three jewel rice Hake and squid meatballs in tomato sauce with diced potatoes Ice cream and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta VE:4.230/1.012 GT:38 GS:10 HC:133 AZ:27 PROT:32 SAL:3	7 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	8 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos
9 Sopa de picadillo Hamburguesa con ketchup con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Soup with ham & egg bits Hamburger with ketchup with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:2.257/540 GT:18 GS:4 HC:79 AZ:26 PROT:29 SAL:4	10 Cous cous con verduras Lacón a la gallega con patatas a lo pobre Gelatina de fresa y pan Cous cous with vegetables Lacón pork shoulder with potatoes with fried potato with onion Strawberry jelly and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta VE:3.277/784 GT:20 GS:4 HC:120 AZ:27 PROT:34 SAL:3	11 Paella valenciana Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Valencian-style paella Andalusian style sole with green salad with olives Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.632/869 GT:28 GS:6 HC:107 AZ:11 PROT:46 SAL:2	12 Crema de verduras Pollo asado con salsa barbacoa con espirales tricolor salteados Fruta y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with sautéed spiral pasta Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.001/718 GT:11 GS:2 HC:111 AZ:29 PROT:44 SAL:1	13 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Postre lácteo y pan Lentils with chorizo Spanish omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta VE:3.429/820 GT:22 GS:2 HC:127 AZ:23 PROT:26 SAL:3	14 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	15 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos
16 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit	17 Arroz a la milanese Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Milanese rice Zucchini omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:3.146/753 GT:18 GS:4 HC:127 AZ:27 PROT:20 SAL:2	18 Judías verdes con tomate Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Yogur y pan Green beans with tomatoe Baked chicken drumsticks with french fries Yoghurt and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:2.968/710 GT:31 GS:7 HC:63 AZ:12 PROT:45 SAL:1	19 Sopa de estrellas Magro con tomate con ensalada Helado y pan Star pasta soup Pork steak with tomatoes with salad Ice cream and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta VE:2.567/614 GT:17 GS:8 HC:78 AZ:26 PROT:38 SAL:3	20 Alubias estofadas con verduras Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y aceitunas negras Helado y pan Braised beans with vegetables Cod delights with lettuce & olives Ice cream and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:4.455/1.066 GT:47 GS:10 HC:124 AZ:29 PROT:35 SAL:1	21 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	22 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos
23 Patatas estofadas con verduras Albóndigas a la jardinera con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Stewed potatoes with vegetables Meatballs with vegetables with lettuce and carrot salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos VE:3.164/757 GT:28 GS:9 HC:98 AZ:30 PROT:32 SAL:2	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:1	25 Macarrones a la boloñesa Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan Macaroni bolognese Baked hake with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.045/729 GT:24 GS:5 HC:90 AZ:12 PROT:40 SAL:2	26 Crema de calabacín Pollo asado al limón con patatas fritas Fruta y pan Zucchini cream Roasted lemon chicken with french fries Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos VE:3.248/777 GT:30 GS:5 HC:84 AZ:27 PROT:41 SAL:1	27 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Ham omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.142/752 GT:22 GS:5 HC:112 AZ:23 PROT:29 SAL:2	28 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	29 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
30 Lentejas a la jardinera Lomo al ajillo con salteado de verduras Fruta y pan Vegetables lentils Tenderloin with garlic with sautéed vegetables Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos VE:2.842/680 GT:13 GS:4 HC:112 AZ:26 PROT:29 SAL:2	31 Arroz con pollo al curry Abadejo a la romana con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Curry rice with chicken Battered & fried haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta VE:3.737/894 GT:51 GS:6 HC:110 AZ:25 PROT:37 SAL:1				Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es	

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES