

MES: Junio 2022

COLEGIO: MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es		<p>1</p> <p>Crema de calabaza (eco.) Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y tomate Helado apto y pan Pumpkin soup (eco.) Rosemary grilled chicken with lettuce & tomatoes Ice-cream (suitable) and bread</p> <p>VE:2.479/593 GT:15 GS:3 HC:78 AZ:31 PROT:38 SAL:2</p>	<p>2</p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Filete de merluza al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Baked hake with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p> <p>VE:2.696/645 GT:10 GS:1 HC:105 AZ:24 PROT:34 SAL:2</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta (eco.) y pan Braised beans with vegetables Grilled lean with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread</p> <p>VE:2.820/675 GT:16 GS:4 HC:97 AZ:23 PROT:41 SAL:1</p>
<p>6</p> <p>Salteado de judías verdes Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Sauteed green beans Grilled haddock with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread</p> <p>VE:1.856/444 GT:13 GS:4 HC:209 AZ:13 PROT:36 SAL:2</p>	<p>7</p> <p>Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta (eco.) y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.127/748 GT:22 GS:6 HC:97 AZ:23 PROT:41 SAL:1</p>	<p>8</p> <p>Arroz con pollo Lacón a la gallega Fruta y pan Rice with chicken Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.267/782 GT:15 GS:3 HC:126 AZ:24 PROT:39 SAL:3</p>	<p>9</p> <p>JORNADA CLIMÁTICA Vichyssoise Pastel de patata y boloñesa de legumbre Fruta y pan Vichyssoise Potato pie and legume bolognese Fruit and bread</p> <p>VE:3.231/773 GT:18 GS:4 HC:126 AZ:46 PROT:27 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Magro a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled lean with lettuce & carrot Fruit and bread</p> <p>VE:2.955/707 GT:22 GS:5 HC:102 AZ:25 PROT:31 SAL:1</p>
<p>13</p> <p>Sopa de pasta (sin huevo) Lomo asado a las finas hierbas con salteado de verduras Helado apto y pan Pasta soup (without egg) Roasted pork loin with fine herbs with sautéed vegetables Ice-cream (suitable) and bread</p> <p>VE:2.470/591 GT:17 GS:4 HC:76 AZ:30 PROT:31 SAL:4</p>	<p>14</p> <p>Lentejas (eco) con chorizo Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentils with chorizo Cod delights with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.906/934 GT:34 GS:3 HC:132 AZ:25 PROT:23 SAL:1</p>	<p>15</p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled turkey with lettuce, carrot (eco.) and corn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.512/601 GT:6 GS:0 HC:108 AZ:28 PROT:31 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Arroz hortelano con legumbres Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Garden rice with legums Baked hake with lettuce & olives Fruit and bread</p> <p>VE:2.813/673 GT:13 GS:1 HC:107 AZ:25 PROT:31 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas con jardinera de champiñones con patatas fritas Fruta y pan Carrot cream Meatballs in mushroom gravy with french fries Fruit and bread</p> <p>VE:3.720/890 GT:43 GS:11 HC:95 AZ:32 PROT:30 SAL:2</p>
<p>20</p> <p>Empedrado de alubias Pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan White bean salad Grilled chicken with lettuce salad with tomato and sweetcorn Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.765/901 GT:29 GS:7 HC:100 AZ:19 PROT:59 SAL:2</p>	<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with green salad with olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.030/725 GT:14 GS:1 HC:122 AZ:27 PROT:29 SAL:1</p>	<p>22</p> <p>Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.235/774 GT:22 GS:6 HC:105 AZ:29 PROT:41 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Crema de verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Vegetables cream Grilled tenderloin with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.404/575 GT:18 GS:4 HC:80 AZ:28 PROT:27 SAL:2</p>	<p>24</p> <p>COMIDA ESPECIAL APTA</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	