

MES: Mayo 2023

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>1</b></p>	<p><b>2</b></p>	<p><b>3</b></p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Pechuga de pollo a la plancha con <b>ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.)</b> Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Chicken breast with <b>lettuce, carrot and quinoa (eco.) salad</b> Fruit and bread</p> <p>VE:2.696/645 GT:8 GS:0 HC:105 AZ:24 PROT:39 SAL:1</p>	<p><b>4</b></p> <p>Sopa de pasta (sin huevo) Filete de ternera con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Pasta soup (without egg) Beef steak with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.044/489 GT:16 GS:5 HC:50 AZ:9 PROT:34 SAL:4</p>	<p><b>5</b></p> <p>Arroz con verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas <b>Fruta (eco.)</b> y pan Rice with vegetables Grilled tenderloin with green salad with olives <b>Fruit</b> and bread</p> <p>VE:2.999/717 GT:17 GS:4 HC:111 AZ:20 PROT:31 SAL:2</p>
<p><b>8</b></p> <p>Crema de calabacín Pollo asado al romero con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Zucchini cream Rosemary grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread</p> <p>VE:2.695/645 GT:20 GS:5 HC:75 AZ:26 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>9</b></p> <p>Sopa de pasta (sin huevo) Lomo a la plancha con patatas al vapor <b>Fruta (eco.)</b> y pan Pasta soup (without egg) Grilled tenderloin with steamed potatoes <b>Fruit</b> and bread</p> <p>VE:2.069/495 GT:9 GS:3 HC:75 AZ:18 PROT:29 SAL:3</p>	<p><b>10</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de ternera con <b>ensalada de lechuga, pimiento verde (eco.)</b> y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Beef steak with <b>lettuce, green pepper (eco.) and olives salad</b> Fruit and bread</p> <p>VE:3.047/729 GT:15 GS:3 HC:116 AZ:24 PROT:34 SAL:3</p>	<p><b>11</b></p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Grilled turkey with lettuce &amp; tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.667/638 GT:11 GS:1 HC:106 AZ:28 PROT:30 SAL:1</p>	<p><b>12</b></p> <p>Patatas estofadas Magro con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Pork loin steak with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread</p> <p>VE:2.470/591 GT:6 GS:1 HC:99 AZ:27 PROT:40 SAL:2</p>
<p><b>15</b></p>	<p><b>16</b></p> <p>Pasta (sin huevo) con tomate Magro con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato sauce Pork loin steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.859/684 GT:9 GS:1 HC:110 AZ:25 PROT:42 SAL:2</p>	<p><b>17</b></p> <p>Patatas estofadas Hamburguesa casera con <b>zanahoria (eco.)</b> Fruta y pan Stewed potatoes Homemade hamburger with <b>carrot</b> Fruit and bread</p> <p>VE:2.500/598 GT:16 GS:5 HC:98 AZ:28 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>18</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada Postre especial y pan Rice with tomato sauce Grilled turkey with salad Special desserts and bread</p> <p>VE:2.883/690 GT:12 GS:2 HC:115 AZ:26 PROT:32 SAL:1</p>	<p><b>19</b></p> <p>Verduras salteadas Pollo asado con patatas asadas Fruta y pan Stir fry vegetables Grilled chicken with roasted potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.445/585 GT:13 GS:3 HC:78 AZ:30 PROT:40 SAL:2</p>
<p><b>22</b></p> <p>Crema de verduras Magro con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Vegetables cream Pork loin steak with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread</p> <p>VE:2.383/570 GT:9 GS:1 HC:89 AZ:28 PROT:37 SAL:1</p>	<p><b>23</b></p> <p>Sopa de pasta (sin huevo) Filete de ternera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Pasta soup (without egg) Beef steak with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.161/517 GT:12 GS:2 HC:72 AZ:24 PROT:31 SAL:4</p>	<p><b>24</b></p> <p>Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Macaroni (without egg) with tomato sauce Grilled turkey with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p> <p>VE:3.261/780 GT:16 GS:1 HC:129 AZ:28 PROT:35 SAL:2</p>	<p><b>25</b></p> <p>Verduras salteadas Lomo a la plancha con patatas dado asadas con ajo y romero Postre lácteo y pan Stir fry vegetables Grilled tenderloin with roasted diced potatoes with garlic and rosemary Dairy dessert and bread</p> <p>VE:2.486/595 GT:20 GS:6 HC:74 AZ:28 PROT:31 SAL:3</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>DIA SIN GLUTEN</b> Arroz con salsa de tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled chicken with lettuce and carrot salad Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.423/819 GT:22 GS:5 HC:118 AZ:26 PROT:42 SAL:1</p>
<p><b>29</b></p> <p>Patatas estofadas Albóndigas caseras con salteado de verduras Postre lácteo y pan Stewed potatoes Homemade meatballs with sautéed vegetables Dairy dessert and bread</p> <p>VE:3.272/783 GT:30 GS:11 HC:95 AZ:27 PROT:36 SAL:3</p>	<p><b>30</b></p> <p>Arroz a la napolitana Lomo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Napolitan rice Grilled tenderloin with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Fruit and bread</p> <p>VE:2.968/710 GT:15 GS:4 HC:117 AZ:25 PROT:31 SAL:2</p>	<p><b>31</b></p> <p>Crema de zanahoria y calabaza Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Cream of carrot &amp; butternut squash Chicken breast with lettuce &amp; tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.186/523 GT:11 GS:1 HC:77 AZ:27 PROT:33 SAL:1</p>	<p>SIN FS, HUEVO, PESCADO, LEGUMBRES Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a></p>	