

MES: Abril 2024

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p>SEMANA SANTA</p>	<p>2</p> <p>Lentejas a la jardinera Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Vegetables lentils Ham croquettes with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.644/872 GT:38 GS:8 HC:108 AZ:16 PROT:20 SAL:2</p>	<p>3</p> <p>Arroz a la milanesa Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Milanese rice Andalusian style sole with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.581/857 GT:23 GS:4 HC:127 AZ:26 PROT:40 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.116/745 GT:21 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan Sauteed green beans Spanish omelette with lettuce & cheese Fruit and bread</p> <p>VE:2.713/649 GT:21 GS:5 HC:246 AZ:29 PROT:25 SAL:2</p>
<p>8</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo empanado con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rice with tomato sauce Breaded haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.666/877 GT:37 GS:7 HC:104 AZ:10 PROT:41 SAL:1</p>	<p>9</p> <p>Alubias estofadas con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Braised beans with vegetables Scrambled eggs with ham with lettuce and beets Fruit and bread</p> <p>VE:3.181/761 GT:25 GS:5 HC:103 AZ:30 PROT:37 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Crema de calabacín Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Zucchini cream Chicken breast with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.328/557 GT:13 GS:2 HC:78 AZ:28 PROT:33 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Sopa de ave Magro en salsa con patatas dado Fruta y pan Chicken soup Lean pork in sauce with diced potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.334/798 GT:30 GS:4 HC:101 AZ:27 PROT:41 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Macarrones (integrales) gratinados Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta (eco.) y pan Macaroni (wholemeal) au gratin Baked hake with sautéed mushrooms Fruit and bread</p> <p>VE:2.483/594 GT:7 GS:0 HC:98 AZ:19 PROT:37 SAL:2</p>
<p>15</p> <p>Coliflor asada con cúrcuma y queso Hamburguesa al horno con arroz pilaf Fruta (eco.) y pan Roasted Cauliflower with Turmeric and Cheese Baked hamburger with pilaf rice Fruit and bread</p> <p>VE:2.437/583 GT:17 GS:4 HC:89 AZ:21 PROT:29 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Tallarines a la carbonara Filete de caballa con pisto Yogur y pan Tagliatelle in carbonara sauce Mackerel fillet with ratatouille Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.050/730 GT:30 GS:9 HC:78 AZ:12 PROT:35 SAL:2</p>	<p>17</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.116/745 GT:21 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Arroz con verduras Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with vegetables Scrambled eggs with meat with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.944/704 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:27 PROT:27 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Stewed lentils Grilled chicken with french fries Fruit and bread</p> <p>VE:3.421/818 GT:19 GS:3 HC:115 AZ:26 PROT:51 SAL:1</p>
<p>22</p> <p>Sopa minestrone Fajitas de ternera al curry con arroz Yogur y pan Minestrone soup Curried beef fajitas with rice Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.723/651 GT:17 GS:5 HC:91 AZ:13 PROT:33 SAL:2</p>	<p>23</p> <p>Coditos a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Battered & fried haddock with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p> <p>VE:4.085/977 GT:59 GS:7 HC:113 AZ:27 PROT:40 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Panaché de verduras Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas asadas Fruta y pan Steamed vegetables Chicken drumsticks in garlic sauce with roasted potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.676/879 GT:27 GS:3 HC:109 AZ:40 PROT:47 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Lentejas (eco) con chorizo Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Lentils with chorizo Zucchini omelette with lettuce and beets Fruit and bread</p> <p>VE:3.304/790 GT:25 GS:4 HC:122 AZ:27 PROT:20 SAL:2</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked lacón pork with sautéed carrots Fruit and bread</p> <p>VE:3.415/817 GT:19 GS:5 HC:131 AZ:27 PROT:33 SAL:3</p>
<p>29</p> <p>Espaguetis gratinados Tortilla casera de atún con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Spaghetti au gratin Homemade tuna fish omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.860/684 GT:19 GS:6 HC:74 AZ:25 PROT:35 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.116/745 GT:21 GS:7 HC:105 AZ:30 PROT:36 SAL:1</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>