

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 Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Vegetables lentils Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.809/672 GT:20 GS:7 HC:85 AZ:9 PROT:34 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Arroz a la milanese 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 (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without egg) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.124/747 GT:22 GS:7 HC:104 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Sautéed green beans Chicken breast with lettuce & carrot Fruit and bread</p> <p>VE:2.119/507 GT:11 GS:1 HC:230 AZ:28 PROT:34 SAL:1</p>
<p>8</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rice with tomato sauce Grilled haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.696/645 GT:17 GS:5 HC:95 AZ:10 PROT:38 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled tenderloin with lettuce and beets Fruit and bread</p> <p>VE:3.348/801 GT:26 GS:6 HC:103 AZ:29 PROT:44 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 pasta (sin huevo) Magro en salsa con patatas dado Fruta y pan Pasta soup (without egg) Lean pork in sauce with diced potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.262/780 GT:30 GS:4 HC:97 AZ:27 PROT:40 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Pasta (sin huevo) gratinada Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta (eco.) y pan Pasta (without egg) au gratin Baked hake with sautéed mushrooms Fruit and bread</p> <p>VE:2.684/642 GT:17 GS:1 HC:88 AZ:31 PROT:33 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>Pasta (sin huevo) carbonara Filete de caballa con pisto Yogur y pan Pasta (gluten egg) in carbonara sauce Mackerel fillet with ratatouille Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.246/777 GT:39 GS:9 HC:69 AZ:23 PROT:32 SAL:1</p>	<p>17</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:3.124/747 GT:22 GS:7 HC:104 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Arroz con verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Rice with vegetables Grilled turkey with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.710/648 GT:7 GS:0 HC:119 AZ:30 PROT:29 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 de pasta (sin huevo) Fajitas de ternera al curry con arroz Yogur y pan Pasta soup (without egg) Curried beef fajitas with rice Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.729/653 GT:17 GS:5 HC:89 AZ:13 PROT:35 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Pasta (sin huevo) napolitana Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Napolitan pasta (without egg) Grilled haddock with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.897/693 GT:25 GS:3 HC:94 AZ:37 PROT:33 SAL:2</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 Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Lentils with chorizo Grilled turkey with lettuce and beets Fruit and bread</p> <p>VE:2.999/717 GT:17 GS:2 HC:113 AZ:29 PROT:30 SAL:1</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>Pasta (sin huevo) gratinada Pechuga de pollo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Pasta (without egg) au gratin Chicken breast with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.688/643 GT:23 GS:5 HC:70 AZ:21 PROT:38 SAL:2</p>	<p>30</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:3.124/747 GT:22 GS:7 HC:104 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>