

MES: Junio 2024

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN HUEVO, FS, LEGUMBRES Y PESCADO Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es

3
Arroz con salsa de tomate
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
Yogur y pan
Rice with tomato sauce
Chicken breast with lettuce and sweetcorn salad
Yoghurt and bread

VE:2.729/653 GT:13 GS:3 HC:94 AZ:9 PROT:40 SAL:1

4
Sopa de pasta (sin huevo)
Filete de ternera con ensalada
Fruta (eco.) y pan
Pasta soup (without egg)
Beef steak with salad
Fruit and bread

VE:2.105/504 GT:7 GS:1 HC:71 AZ:21 PROT:40 SAL:1

5
Pasta (sin huevo ni queso) boloñesa
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Pasta with bolognese sauce (egg & cheese free)
Grilled tenderloin with lettuce & carrot
Fruit and bread

VE:2.716/650 GT:27 GS:6 HC:77 AZ:32 PROT:29 SAL:1

6
Verduras salteadas
Magro al ajillo con arroz salteado al ajillo
Fruta y pan
Stir fry vegetables
Lean in garlic with sautéed rice in garlic
Fruit and bread

VE:2.549/610 GT:16 GS:5 HC:87 AZ:30 PROT:30 SAL:3

7
Crema de puerros
Salchichas de pavo con patatas fritas
Fruta y pan
Cream of leek
Turkey hotdogs with french fries
Fruit and bread

VE:3.850/921 GT:48 GS:11 HC:99 AZ:29 PROT:23 SAL:3

10
Pasta (sin huevo) con tomate
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha
Postre especial y pan
Pasta (without egg) with tomato sauce
Grilled lean with lettuce and beets
Special desserts and bread

VE:3.318/794 GT:30 GS:8 HC:97 AZ:23 PROT:34 SAL:2

11
Coliflor salteada
Fajitas de pollo al curry con arroz
Fruta (eco.) y pan
Sautéed cauliflower
Curried chicken fajitas with rice
Fruit and bread

VE:2.796/669 GT:20 GS:3 HC:92 AZ:22 PROT:31 SAL:1

12
Crema de verduras
Albóndigas caseras con champiñones
Fruta y pan
Vegetables cream
Homemade meatballs with mushrooms
Fruit and bread

VE:2.937/703 GT:28 GS:9 HC:85 AZ:30 PROT:31 SAL:2

13
Sopa de pasta (sin huevo)
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan
Pasta soup (without egg)
Grilled tenderloin with lettuce & olives
Fruit and bread

VE:2.711/648 GT:21 GS:5 HC:81 AZ:27 PROT:33 SAL:1

14
Arroz con salsa de tomate
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria (eco.) y maíz
Fruta y pan
Rice with tomato sauce
Grilled turkey with lettuce, carrot (eco.) and corn salad
Fruit and bread

VE:2.729/653 GT:7 GS:0 HC:122 AZ:28 PROT:30 SAL:1

17
Crema de verduras
Lomo al ajillo con patatas dado
Yogur y pan
Vegetables cream
Tenderloin with garlic with diced potatoes
Yoghurt and bread

VE:3.121/747 GT:40 GS:9 HC:64 AZ:13 PROT:31 SAL:2

18
Arroz a la napolitana
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y pan
Napolitan rice
Grilled turkey with green salad with olives
Fruit and bread

VE:3.030/725 GT:14 GS:1 HC:122 AZ:27 PROT:29 SAL:1

19
Verduras salteadas
Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan
Stir fry vegetables
Grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad
Fruit and bread

VE:2.362/565 GT:14 GS:3 HC:72 AZ:30 PROT:38 SAL:2

20
Patatas estofadas
Magro a la plancha con zanahorias salteadas
Fruta y pan
Stewed potatoes
Grilled lean with sautéed carrots
Fruit and bread

VE:2.583/618 GT:15 GS:5 HC:94 AZ:28 PROT:30 SAL:1

21
COMIDA ESPECIAL APTA

24

25

26

27

28