

MES: Diciembre 2024

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>2</p> <p>Arroz a la napolitana Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Napolitan rice Grilled yellowfin sole with lettuce &amp; carrot Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.106/743 GT:23 GS:6 HC:94 AZ:10 PROT:36 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas a la riojana Lacón al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan Rioja style cooked beans Baked lacón pork with vegetable stew Fruit and bread</p> <p>VE:3.487/834 GT:22 GS:7 HC:115 AZ:28 PROT:46 SAL:3</p>	<p>4</p> <p>Pasta (sin huevo) carbonara Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Pasta (gluten egg) in carbonara sauce Grilled turkey with lettuce, carrot &amp; olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.265/781 GT:33 GS:4 HC:96 AZ:40 PROT:29 SAL:1</p>	<p>5</p> <p><b>DÍA DE LA CONSTITUCIÓN</b> Puchero andaluz con hierbabuena Pollo asado con ensalada Fruta y pan Andalusian stew with mint Grilled chicken with salad Fruit and bread</p> <p>VE:3.127/748 GT:12 GS:3 HC:110 AZ:28 PROT:50 SAL:1</p>	<p>6</p> <p><b>FESTIVO</b></p>
<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (eco.) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Stewed lentils with vegetables (eco.) Grilled tenderloin with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.012/721 GT:22 GS:7 HC:88 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras Pollo asado con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Grilled chicken with sautéed rice Fruit and bread</p> <p>VE:2.866/686 GT:14 GS:3 HC:98 AZ:27 PROT:41 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Macarrones (sin huevo) con salsa boloñesa de atún (atún, tomate y cebolla) Magro a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan Macaroni (without egg) with tuna bolognese sauce (tuna, tomato and onion) Grilled lean with lettuce &amp; carrot Fruit and bread</p> <p>VE:3.554/850 GT:24 GS:5 HC:124 AZ:25 PROT:39 SAL:2</p>	<p>12</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:3.016/721 GT:22 GS:7 HC:96 AZ:23 PROT:37 SAL:1</p>	<p>13</p> <p>Arroz con magro Filete de merluza a la griega con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with pork loin Hake fillet greek style with green salad with olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.409/816 GT:21 GS:2 HC:118 AZ:26 PROT:36 SAL:1</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo orly con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Rice with tomato sauce Breaded haddock with lettuce &amp; tomatoes Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.049/729 GT:20 GS:4 HC:105 AZ:10 PROT:40 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al limón con patatas asadas Fruta y pan Carrot cream Lemon chicken drumsticks with roasted potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.697/645 GT:13 GS:3 HC:91 AZ:31 PROT:40 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Braised beans with vegetables Grilled tenderloin with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p> <p>VE:3.084/738 GT:18 GS:4 HC:103 AZ:29 PROT:44 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Pasta (sin huevo ni queso) boloñesa Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta y pan Pasta with bolognese sauce (egg &amp; cheese free) Hake in green sauce with sautéed peas Fruit and bread</p> <p>VE:2.615/626 GT:16 GS:2 HC:90 AZ:35 PROT:30 SAL:1</p>	<p>20</p> <p><b>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</b></p>
<p>23</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>24</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>25</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>26</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>27</p> <p><b>FESTIVO</b></p>
<p>30</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>31</p> <p><b>FESTIVO</b></p>			<p>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>