

MES: Diciembre 2024

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>2</p> <p>Arroz a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan Napolitan rice French omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p> <p>VE:3.009/720 GT:27 GS:7 HC:94 AZ:10 PROT:28 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas con verduras Menestra de verduras Fruta y pan Braised beans with vegetables Minestrone Fruit and bread</p> <p>VE:2.645/633 GT:9 GS:1 HC:115 AZ:28 PROT:27 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Espirales con tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta y pan Spirals with tomato sauce French omelette with lettuce, carrot & olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.406/815 GT:29 GS:5 HC:116 AZ:26 PROT:28 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>DÍA DE LA CONSTITUCIÓN Crema de verduras Garbanzos estofados con verduras con ensalada Fruta y pan Vegetables cream Stewed chickpeas with vegetables with salad Fruit and bread</p> <p>VE:3.181/761 GT:16 GS:1 HC:128 AZ:39 PROT:32 SAL:1</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>
<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras (eco.) Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Stewed lentils with vegetables (eco.) French omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.877/688 GT:22 GS:6 HC:89 AZ:12 PROT:35 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Crema de verduras Alubias estofadas con verduras con arroz salteado Fruta y pan Vegetables cream Stewed beans with vegetables with sautéed rice Fruit and bread</p> <p>VE:3.224/771 GT:12 GS:1 HC:141 AZ:32 PROT:29 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga y zanahoria (eco.) Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with tomato sauce Scrambled eggs with mushrooms with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:2.696/645 GT:15 GS:2 HC:106 AZ:27 PROT:28 SAL:2</p>	<p>12</p> <p>Sopa de verduras Garbanzos estofados con verduras Fruta (eco.) y pan Vegetables soup Stewed chickpeas with vegetables Fruit and bread</p> <p>VE:2.815/673 GT:7 GS:1 HC:122 AZ:33 PROT:33 SAL:1</p>	<p>13</p> <p>Arroz con salsa de tomate Guisantes salteados con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Sautéed peas with green salad with olives Fruit and bread</p> <p>VE:3.173/759 GT:13 GS:1 HC:142 AZ:30 PROT:21 SAL:1</p>
<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Rice with tomato sauce French omelette with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread</p> <p>VE:2.915/697 GT:22 GS:6 HC:94 AZ:10 PROT:28 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de zanahoria Garbanzos salteados con patatas asadas Fruta y pan Carrot cream Sautéed chickpeas with roasted potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:2.881/689 GT:12 GS:1 HC:126 AZ:37 PROT:22 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral Braised beans with vegetables Cheese omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:2.653/635 GT:12 GS:1 HC:102 AZ:29 PROT:38 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Tallarines con salsa de tomate Guisantes salteados con ensalada Fruta y pan Tagliatelle with tomato sauce Sautéed peas with salad Fruit and bread</p> <p>VE:2.604/623 GT:5 GS:0 HC:125 AZ:31 PROT:22 SAL:1</p>	<p>20</p> <p>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</p>
<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>FESTIVO</p>	<p>25</p> <p>FESTIVO</p>	<p>26</p> <p>FESTIVO</p>	<p>27</p> <p>FESTIVO</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>	<p>31</p> <p>FESTIVO</p>			<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>