

MES: Abril 2026

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Tienen a su disposición la información de los alérgenos en elgustodecrecer@aramark.es LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.

6
NO LECTIVO

7
Arroz a la napolitana
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta y **pan integral**
Napolitan rice
Chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn
Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.732/654 GT:9 GS:0 HC:110 AZ:23 PROT:36 SAL:1

1
FESTIVO

2
FESTIVO

3
FESTIVO

8
Crema de zanahoria y calabaza con picatostes
Veggie albóndigas con tomate con patatas campesinas
Fruta (eco.) y pan
Cream of carrot & butternut squash with croutons
Veggie meatballs with tomato with peasant potatoes
Fruit and bread

VE:3.267/782 GT:32 GS:2 HC:100 AZ:28 PROT:22 SAL:3

9
Guiso de lentejas (eco.) con manzana
Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta y **pan integral**
Lentil stew (eco.) with apple
Salmon in orange juice with green salad with olives
Fruit and **wholemeal bread**

VE:3.213/769 GT:24 GS:3 HC:86 AZ:28 PROT:50 SAL:3

10
Macarrones (integrales) con salsa boloñesa de chorizo
Revuelto de pavo con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan
Macaroni (whole grain) with bolognese sauce with chorizo
Scrambled eggs with turkey with lettuce & tomatoes
Fruit and bread

VE:2.760/660 GT:12 GS:2 HC:107 AZ:27 PROT:30 SAL:2

13
Paella mixta
Filete de lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan
Mixed paella
Battered & fried yellowfin sole with lettuce and beets
Fruit and bread

VE:3.871/926 GT:29 GS:5 HC:125 AZ:25 PROT:43 SAL:1

14
Alubias estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz
Yogur de soja y **pan integral**
Braised beans with vegetables
Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad
Soya yoghurt and **wholemeal bread**

VE:3.019/722 GT:23 GS:3 HC:86 AZ:8 PROT:41 SAL:1

15
Espaguetis (integrales) con salsa de tomate
Filete de merluza a la griega con guisantes salteados
Fruta y pan
Whole grain spaguettis with tomato sauce
Hake fillet greek style with sautéed peas
Fruit and bread

VE:3.148/753 GT:15 GS:1 HC:117 AZ:30 PROT:37 SAL:1

16
Sopa minestrone
Burrito vegano con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y **pan integral**
Minestrone soup
Textured soy burrito with lettuce & tomatoes
Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.805/671 GT:13 GS:2 HC:108 AZ:32 PROT:29 SAL:2

17
Crema de puerros con zanahoria y calabacín
Pollo asado con salsa barbacoa con patatas asadas
Fruta y pan
Cream of leek with carrot & zucchini squash
Roasted chicken with barbecue sauce with roasted potatoes
Fruit and bread

VE:2.676/640 GT:8 GS:2 HC:100 AZ:32 PROT:42 SAL:1

20
Crema de zanahoria (eco.)
Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y maíz
Yogur de soja y pan
Carrot cream
Roasted pork loin with fine herbs with lettuce and sweetcorn salad
Soya yoghurt and bread

VE:2.466/590 GT:20 GS:4 HC:58 AZ:11 PROT:34 SAL:2

21
Sopa de cocido con **pasta integral**
Cocido completo (sin chorizo) con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y **pan integral**
"Cocido" soup with **wheat pasta**
Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) with lettuce & tomatoes
Fruit and **wholemeal bread**

VE:3.432/821 GT:24 GS:8 HC:113 AZ:27 PROT:41 SAL:2

22
Arroz tres delicias
Abadejo a la andaluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)
Fruta y pan
Chinese fried rice
Andalusian style haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives)
Fruit and bread

VE:2.822/675 GT:14 GS:2 HC:111 AZ:25 PROT:34 SAL:2

23
DIA DE CERVANTES
Lentejas estofadas al estilo del Quijote
Duelos y Quebrantos con patatas panaderas
Fruta y **pan integral**
Stewed lentils Don Quixote style
Duelos y Quebrantos with roasted potatoes
Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.845/681 GT:17 GS:4 HC:92 AZ:27 PROT:38 SAL:1

24
Salteado de judías verdes con zanahorias, guisantes y patatas
Espaguetis (integrales) con boloñesa de soja
Fruta y pan
Sautéed green beans, carrots, peas & potatoes
whole grain spaguettis with say bolognese
Fruit and bread

VE:2.864/685 GT:5 GS:0 HC:129 AZ:36 PROT:104 SAL:1

27
Lentejas estofadas con verduras
Huevos rotos con jamón con patatas fritas
Yogur de soja y pan
Stewed lentils
Scrambled eggs with potatoes & ham with french fries
Soya yoghurt and bread

VE:4.457/1.066 GT:57 GS:7 HC:102 AZ:7 PROT:34 SAL:1

28 **Macarrones (integrales)** con salsa pomodoro
Filete de merluza en salsa vizcaína con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas
Fruta y **pan integral**
Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce
Biscayne style hake with lettuce, carrot & olives
Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.954/707 GT:18 GS:2 HC:105 AZ:26 PROT:32 SAL:2

29
Crema de calabaza
Garbanzos estofados con quinoa y verduras
Fruta (eco.) y pan
Pumpkin soup
Stewed chickpeas with quinoa and vegetables
Fruit and bread

VE:2.395/573 GT:8 GS:1 HC:106 AZ:26 PROT:21 SAL:2

30
Sopa de estrellas
Pollo en pepitoria con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y **pan integral**
Star pasta soup
Chicken fricassee with lettuce & tomatoes
Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.564/614 GT:10 GS:9 HC:89 AZ:27 PROT:42 SAL:1