

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.		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 Arroz a la napolitana Alubias estofadas con verduras Fruta y pan integral Napolitan rice Stewed beans with vegetables Fruit and wholemeal bread VE:3.186/762 GT:6 GS:0 HC:150 AZ:27 PROT:30 SAL:1	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 Ensalada completa Fruta y pan integral Lentil stew (eco.) with apple Chef salad Fruit and wholemeal bread VE:2.201/527 GT:10 GS:1 HC:91 AZ:30 PROT:21 SAL:1	10 Macarrones (integrales) con salsa de tomate Guisantes salteados con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Sautéed peas with lettuce & tomatoes Fruit and bread VE:2.852/682 GT:8 GS:0 HC:131 AZ:32 PROT:23 SAL:1
13 Arroz con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan Rice with tomato sauce Lentils with vegetables Fruit and bread VE:3.345/800 GT:6 GS:0 HC:164 AZ:26 PROT:27 SAL:1	14 Alubias estofadas con verduras Ensalada completa Yogur de soja y pan integral Braised beans with vegetables Chef salad Soya yoghurt and wholemeal bread VE:2.075/496 GT:7 GS:0 HC:80 AZ:11 PROT:29 SAL:1	15 Espaguetis (integrales) con salsa de tomate Guisantes salteados con ensalada Fruta y pan Whole grain spaguetts with tomato sauce Sautéed peas with salad Fruit and bread VE:2.759/660 GT:6 GS:0 HC:131 AZ:32 PROT:23 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 Garbanzos estofados con patatas asadas Fruta y pan Cream of leek with carrot & zucchini squash Stewed chickpeas with roasted potatoes Fruit and bread VE:3.204/767 GT:7 GS:0 HC:134 AZ:37 PROT:24 SAL:1
20 Crema de zanahoria (eco.) Lentejas estofadas con verduras Yogur de soja y pan Carrot cream Lentils with vegetables Soya yoghurt and bread VE:2.622/627 GT:10 GS:1 HC:104 AZ:12 PROT:26 SAL:1	21 Sopa de fideos con pasta integral Garbanzos salteados con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Noodle soup with wheat pasta Sautéed chickpeas with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread VE:2.830/677 GT:9 GS:1 HC:129 AZ:32 PROT:25 SAL:1	22 Arroz con salsa de tomate Alubias estofadas con verduras Fruta y pan Rice with tomato sauce Stewed beans with vegetables Fruit and bread VE:3.318/794 GT:6 GS:0 HC:157 AZ:29 PROT:31 SAL:1	23 DIA DE CERVANTES Lentejas estofadas con verduras Menestra de verduras con patatas panaderas Fruta y pan integral Stewed lentils Minestrone with roasted potatoes Fruit and wholemeal bread VE:2.817/674 GT:11 GS:1 HC:124 AZ:24 PROT:24 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 spaguetts 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 Ensalada completa Yogur de soja y pan Stewed lentils Chef salad Soya yoghurt and bread VE:2.234/534 GT:7 GS:0 HC:93 AZ:10 PROT:26 SAL:1	28 Macarrones (integrales) con salsa pomodoro Alubias estofadas con verduras Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce Stewed beans with vegetables Fruit and wholemeal bread VE:3.140/751 GT:6 GS:0 HC:142 AZ:28 PROT:33 SAL:1	29 Brócoli salteado Garbanzos estofados con quinoa y verduras Fruta (eco.) y pan Sautéed broccoli Stewed chickpeas with quinoa and vegetables Fruit and bread VE:2.379/569 GT:9 GS:1 HC:100 AZ:27 PROT:24 SAL:2	30 Sopa de estrellas Albóndigas veganas a la jardinera con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Star pasta soup Vegan meatballs with vegetables with lettuce & tomatoes Fruit and wholemeal bread VE:3.095/741 GT:26 GS:9 HC:97 AZ:35 PROT:37 SAL:1	