Sin Frutos Secos

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Marzo 2024

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 Arroz con verduras Filete de merluza al horno con pisto Fruta de temporada y pan	VE: 2911/696 GT: 10 GS: 0 HC: 117 AZ: 20 PROT: 36 SAL: 1
4 Crema de calabacín Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	5 Cascote sevillano Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	6 Arroz tres delicias Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y pan	7 Sopa de ave Lomo en salsa con salteado de verduras Yogur y pan integral	8 Espaguetis a la napolitana Tortilla francesa con atún con zanahorias baby Fruta de temporada y pan	VE: 2795/669 GT: 20 GS: 4 HC: 91 AZ: 19 PROT: 32 SAL: 2
11 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y pan	12 Crema de zanahoria Pollo asado al limón con patatas asadas Yogur y pan	13 Macarrones con salsa de tomate con queso rallado Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	14 Puchero Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral	15 Arroz con salsa de tomate Merluza al ajoarriero con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	VE: 3137/751 GT: 23 GS: 5 HC: 102 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 2
18 Sopa de fideos Salchichas con guisantes salteados Fruta de temporada y pan	19 Garbanzos estofados Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	20 Arroz con verduras Lomo adobado con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan	21 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas fritas Yogur y pan integral	22 Coditos a la carbonara Varitas de merluza con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan	VE: 2890/691 GT: 20 GS: 4 HC: 95 AZ: 19 PROT: 33 SAL: 2
25 **SEMANA SANTA**	26 **SEMANA SANTA**	27 **SEMANA SANTA**	28 **SEMANA SANTA**	29 **SEMANA SANTA**	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0