

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2023

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

**FESTIVO**

2

Crema de zanahoria  
Pollo asado al limón con patatas  
asadas  
Yogur y pan integral

3

Macarrones al pomodoro  
Filete de merluza en salsa verde  
con judías verdes salteadas  
Fruta de temporada y pan

6

Sopa de fideos  
Hamburguesa al horno con  
patatas fritas  
Fruta de temporada y pan

7

Lentejas estofadas con verduras  
Filete de lenguadina al horno  
con guisantes  
Yogur y pan

8

Crema de calabaza  
Lomo en salsa con arroz pilaf  
Fruta de temporada y pan

9

Coditos con salsa de tomate  
Buñuelos de bacalao con  
ensalada de lechuga y zanahoria  
Yogur y pan integral

10

Garbanzos estofados  
Tortilla francesa de jamón york  
con ensalada de lechuga y  
brotes de soja  
Fruta de temporada y pan

13

Lentejas estofadas con chorizo  
Varitas de merluza con ensalada  
de lechuga y maíz  
Fruta de temporada y pan

14

Sopa de estrellas  
Albóndigas a la jardinera  
Yogur y pan

15

Crema de zanahoria  
Pollo asado al romero con  
patatas panaderas  
Fruta de temporada y pan

16

Alubias blancas (zanahoria,  
patata, pimiento, cebolla,  
morcilla, chorizo)  
Tortilla francesa con ensalada de  
lechuga y aceitunas  
Yogur y pan integral

17

Espaguetis a la napolitana  
Filete de merluza en salsa verde  
con ensalada de lechuga y  
zanahoria  
Fruta de temporada y pan

20

Crema de verduras  
Lomo al ajillo con patatas fritas  
Fruta de temporada y pan

21

Coditos a la napolitana con  
queso rallado  
Empanadillas de atún con  
ensalada de lechuga y maíz  
Yogur y pan

22

Patatas guisadas con carne  
(magro, cebolla, zanahoria)  
Tortilla francesa con atún con  
ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada y pan

23

Lentejas a la campesina  
Hamburguesa al horno con  
zanahorias salteadas  
Yogur y pan integral

24

Arroz tres delicias  
Medallón de merluza al horno  
con judías verdes salteadas  
Fruta de temporada y pan

27

Macarrones a la carbonara  
Pollo asado con ensalada de  
lechuga y maíz  
Fruta de temporada y pan

28

Garbanzos estofados  
Filete de merluza en salsa verde  
con guisantes salteados  
Yogur y pan

29

Crema de verduras  
Tortilla de patata al horno con  
ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada y pan

30

Sopa de ave  
Albóndigas a la jardinera  
Yogur y pan integral