

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Abril 2022

COLEGIO: EL CID

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>				<p>1 Espirales con tomate Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Spirals with tomato sauce Lemon chicken drumsticks with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>2 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>3 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3057/731 GT: 16 GS: 5 HC: 93 AZ: 10 PROT: 50 SAL: 2</p>
<p>4 Sopa de picadillo Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan Soup with ham & egg bits Baked hamburger with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>5 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>6 JORNADA CLIMÁTICA Salteado de judías verdes Pastel de patata y boloñesa de legumbre Yogur y pan Sauteed green beans Potato pie and legume bolognese Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>7 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Braised beans with vegetables Spanish omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>8 FESTIVO 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Fruit)</p>	<p>9 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>10 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>VE: 3014/721 GT: 22 GS: 3 HC: 143 AZ: 26 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>11 FESTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy)</p>	<p>12 FESTIVO 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit)</p>	<p>13 FESTIVO 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (* 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit)</p>	<p>14 FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit)</p>	<p>15 FESTIVO 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy)</p>	<p>16 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>17 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>18 FESTIVO 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy)</p>	<p>19 Macarrones gratinados Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni au gratin Ham croquettes with lettuce & carrot Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p>20 Crema de calabaza Tortilla francesa con patatas fritas Yogur y pan Pumpkin soup French omelette with french fries Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>21 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>22 Paella mixta Filete de merluza al horno con guisantes salteados Yogur y pan Mixed paella Baked hake with sautéed peas Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>23 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>24 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>VE: 3174/759 GT: 27 GS: 6 HC: 94 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 1</p>
<p>25 Macarrones a la napolitana Filete de abadejo empanado con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Napolitan macaroni Breaded haddock with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>26 JORNADA CLIMÁTICA Ensalada de Cous Cous con naranja y tomates Cherry Garbanzos estofados con arroz y tofu Fruta y pan Cous Cous salad with orange and cherry tomatoes Stewed chickpeas with rice and tofu Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p>27 Crema de verduras Pollo a la barbacoa con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan Vegetables cream Roasted chicken with barbecue sauce with lettuce and beets Yoghurt and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>28 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan Lentils with chorizo sausage Spanish omelette with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)</p>	<p>29 Arroz frito Filete de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Yogur y pan Fried rice Hake in green sauce with lettuce, carrot and quinoa salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>30 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 3151/754 GT: 30 GS: 4 HC: 105 AZ: 23 PROT: 29 SAL: 2</p>	

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES