

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Noviembre 2024

DIOCESANO NTRA SRA DE LAS MERCEDES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1 FESTIVO	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Macarrones a la carbonara Ventresca de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta de temporada y pan	5 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan	6 Sopa de cocido Estofado de cerdo con tomate Fruta de temporada y pan	7 Crema de verduras Salchichas con patatas fritas Yogur y pan integral	8 Alubias estofadas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	VE: 3171/759 GT: 29 GS: 7 HC: 93 AZ: 19 PROT: 34 SAL: 2
11 Sopa de arroz Hamburguesa al horno con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	12 Garbanzos estofados Lomo adobado con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan	13 Crema de zanahoria Pollo en salsa con patatas fritas Fruta de temporada y pan	14 Macarrones a la napolitana Merluza al ajoarriero con zanahorias salteadas Yogur y pan integral	15 Arroz tres delicias Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan	VE: 2989/715 GT: 20 GS: 5 HC: 98 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 2
18 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Ventresca de merluza con ajo y perejil con verduritas Fruta de temporada y pan	19 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Yogur y pan	20 Sopa de ave Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta de temporada y pan	21 Alubias estofadas (patata, cebolla, zanahoria y pimentón) Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral	22 Espaguetis con salsa de tomate San Jacobo con ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada y pan	VE: 3114/745 GT: 25 GS: 6 HC: 94 AZ: 19 PROT: 35 SAL: 2
25 Coditos pomodoro con queso rallado Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan	26 Puchero Lomo al ajillo con guisantes salteados Yogur y pan	27 Crema de calabaza Merluza al ajoarriero con patatas asadas Fruta de temporada y pan	28 Casquete sevillano Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Natillas de vainilla y pan integral	29 Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Varitas de merluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	VE: 2961/708 GT: 23 GS: 4 HC: 95 AZ: 22 PROT: 33 SAL: 3