

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

**MES:** Junio 2024

**ALDEAFUENTE**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a>					<b>1</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	<b>2</b> 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
<b>3</b> Arroz a banda Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan "A banda" rice Scrambled eggs with ham with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>4</b> Gazpacho Pollo asado con patatas asadas Yogur y pan Gazpacho Grilled chicken with roasted potatoes Yoghurt and bread (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>5</b> Coditos a la boloñesa Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Elbow bolognese style Andalusian style sole with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	<b>6</b> Crema de puerros Magro al ajillo con arroz salteado Fruta y pan Cream of leek Lean in garlic with sautéed rice Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>7</b> Lentejas estofadas con verduras Salchichas de pavo con patatas fritas Helado y pan Stewed lentils Turkey hotdogs with french fries Ice cream and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>8</b> 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>9</b> 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3430/821 GT: 25 GS: 6 HC: 110 AZ: 25 PROT: 42 SAL: 2
<b>10</b> Macarrones (integrales) con salsa de tomate Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Macaroni (whole grain) with tomato sauce Tuna pastry with lettuce and beets Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>11</b> Crema de verduras Fajitas de pollo al curry con arroz Yogur y pan integral Vegetables cream Curried chicken fajitas with rice Yoghurt and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>12</b> Arroz hortelano con legumbres Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Garden rice with legums Cheese omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	<b>13</b> Sopa de picadillo Abadejo a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral Soup with ham & egg bits Battered & fried haddock with lettuce & olives Fruit and wholemeal bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	<b>14</b> Alubias estofadas con verduras Albóndigas de ternera con jardinera de champiñones Helado y pan Braised beans with vegetables Beef meatballs in mushroom gravy Ice cream and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>15</b> 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>16</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Legumbres 2º Pescado con Arroz y Lácteos	VE: 3291/787 GT: 33 GS: 7 HC: 101 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 2
<b>17</b> Crema de verduras Lomo al ajillo con patatas dado Fruta y pan Vegetables cream Tenderloin with garlic with diced potatoes Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>18</b> Lentejas a la riojana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y atún Yogur y pan Rioja style lentils French omelette with lettuce and tuna Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>19</b> Salteado de judías verdes con tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral Sautéed green beans with tomato Grilled chicken with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread (*) 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>20</b> Arroz con salsa de tomate Escalope de ternera con zanahorias salteadas Fruta y pan Rice with tomato sauce Beef escalope with sautéed carrots Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	<b>21</b> <b>COMIDA ESPECIAL</b> 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit	<b>22</b> 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	<b>23</b> 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	VE: 3229/773 GT: 30 GS: 6 HC: 91 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 1
<b>24</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit	<b>25</b> 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit	<b>26</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy	<b>27</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit	<b>28</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Legumes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy	<b>29</b> 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>30</b> 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

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

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**