

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2021

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<b>3</b> Crema de calabacín Filete de merluza al horno con patatas fritas Fruta y pan	<b>4</b> Macarrones al pomodoro Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	<b>5</b> Cocido andaluz con chorizo Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	<b>6</b> Sopa de picadillo Jamoncitos de pollo al ajillo con menestra de verduras salteadas Fruta y pan	<b>7</b> Arroz tres delicias Lomo adobado con judías verdes salteadas Yogur y pan	VE: 3291/787 GT: 28 GS: 5 HC: 100 AZ: 22 PROT: 35 SAL: 3
<b>10</b> Arroz con salsa de tomate Albóndigas en salsa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	<b>11</b> Potaje de garbanzos San Marino (merluza, jamón york y queso) con zanahorias baby Yogur y pan	<b>12</b> Gazpacho Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan	<b>13</b> <b>JORNADA GASTRONÓMICA</b> Rancho canario Pata asada con patatas fritas Postre especial y pan	<b>14</b> Coditos gratinados Filete de merluza en salsa verde con verduras Yogur y pan	VE: 3505/839 GT: 27 GS: 5 HC: 111 AZ: 24 PROT: 39 SAL: 4
<b>17</b> Ensalada de pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	<b>18</b> Sopa de cocido Filete de pollo al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan	<b>19</b> Salmorejo Estofado a la jardinera Fruta y pan	<b>20</b> Tallarines con salsa de tomate Hamburguesa al horno con patatas chips Fruta y pan	<b>21</b> Arroz milanesa (sofrito: tomate, cebolla, pimiento; guisantes, zanahoria, judía verde, frankfurt) Merluza a la romana con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	VE: 3016/722 GT: 25 GS: 7 HC: 91 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2
<b>24</b> Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan	<b>25</b> Macarrones al pomodoro Flamenquines con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	<b>26</b> Gazpacho Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan	<b>27</b> Sopa de fideos Lomo asado con zanahorias baby Fruta y pan	<b>28</b> Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde con judías salteadas Yogur y pan	VE: 3381/809 GT: 24 GS: 5 HC: 109 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 4
<b>31</b> Crema de zanahoria San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan					VE: 3093/740 GT: 29 GS: 4 HC: 107 AZ: 30 PROT: 17 SAL: 2