

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2022

COLEGIO: IRLANDESAS NTRA. SRA. DE LORETO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 FESTIVO	3 FESTIVO	4 FESTIVO	5 Sopa de picadillo Hamburguesa al horno con patatas chips Fruta y pan	6 Arroz tres delicias Lomo adobado con judías verdes salteadas Yogur y pan	VE: 2721/651 GT: 18 GS: 6 HC: 95 AZ: 18 PROT: 34 SAL: 2
9 Arroz con salsa de tomate Lomo asado con zanahorias baby Fruta y pan	10 Estofado de garbanzos con verduras y curry San Marino (merluza, jamón york y queso) con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan	11 Gazpacho Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan	12 Puré de verduras Pollo en salsa con patatas fritas Fruta y pan	13 Coditos pomodoro Filete de merluza con verduras Yogur y pan	VE: 3251/778 GT: 24 GS: 4 HC: 104 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2
16 Ensalada de pasta Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	17 Sopa de cocido Pollo empanado con zanahorias salteadas Yogur y pan	18 Crema de calabacín Estofado a la jardinera Fruta y pan	19 Tallarines con salsa de tomate Tortilla francesa de atún con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan	20 Arroz milanesa (sofrito: tomate, cebolla, pimiento; guisantes, zanahoria, judía verde, frankfurt) Albóndigas de merluza y sepia con tomate con judías salteadas Yogur y pan	VE: 3132/749 GT: 21 GS: 5 HC: 103 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 2
23 Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con zanahorias salteadas Fruta y pan	24 Ensalada de pasta Filete de merluza en salsa verde con menestra de verduras salteadas Yogur y pan	25 Gazpacho Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan	26 Sopa de fideos Lomo asado en salsa con judías verdes salteadas Fruta y pan	27 Arroz con salsa de tomate Flamenquines con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan	VE: 3447/825 GT: 25 GS: 5 HC: 110 AZ: 23 PROT: 41 SAL: 3
30 Crema de zanahoria San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	31 Sopa de picadillo Pollo en salsa con patatas al vapor Yogur y pan				VE: 2838/679 GT: 23 GS: 5 HC: 86 AZ: 22 PROT: 31 SAL: 2