

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2025

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
	1 Sopa de ave Hamburguesa al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	2 Arroz con magro Abadejo en salsa con guisantes Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	3 Crema de calabacín Pollo asado al jugo con patatas fritas Yogur y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Patatas y Fruta	4 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	5 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	6 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2986/714 GT: 24 GS: 6 HC: 89 AZ: 18 PROT: 38 SAL: 1
7 Crema de zanahoria Lomo asado con patatas fritas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	8 Cascote sevillano Flamenquines con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	9 Macarrones a la carbonara Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	10 Sopa de cocido Albóndigas a la jardinera Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	11 Arroz a la napolitana Ventresca de merluza al horno con verduritas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	12 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	13 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta	VE: 3229/772 GT: 30 GS: 7 HC: 93 AZ: 18 PROT: 33 SAL: 2
14 SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	15 SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	16 SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	17 SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	18 SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	19 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	20 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
21 Crema de verduras Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Fruta	22 Sopa de arroz Jamoncitos de pollo asados con verduritas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	23 Coditos con salsa de tomate Abadejo al limón con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	24 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Salchichas al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	25 Patatas estofadas con carne Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	26 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	27 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3018/722 GT: 23 GS: 5 HC: 93 AZ: 17 PROT: 34 SAL: 2
28 Crema de zanahoria Estofado de cerdo con tomate Fruta de temporada y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	29 Macarrones a la napolitana Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	30 Alubias estofadas a la riojana Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos					VE: 3232/773 GT: 28 GS: 6 HC: 99 AZ: 22 PROT: 31 SAL: 2

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES